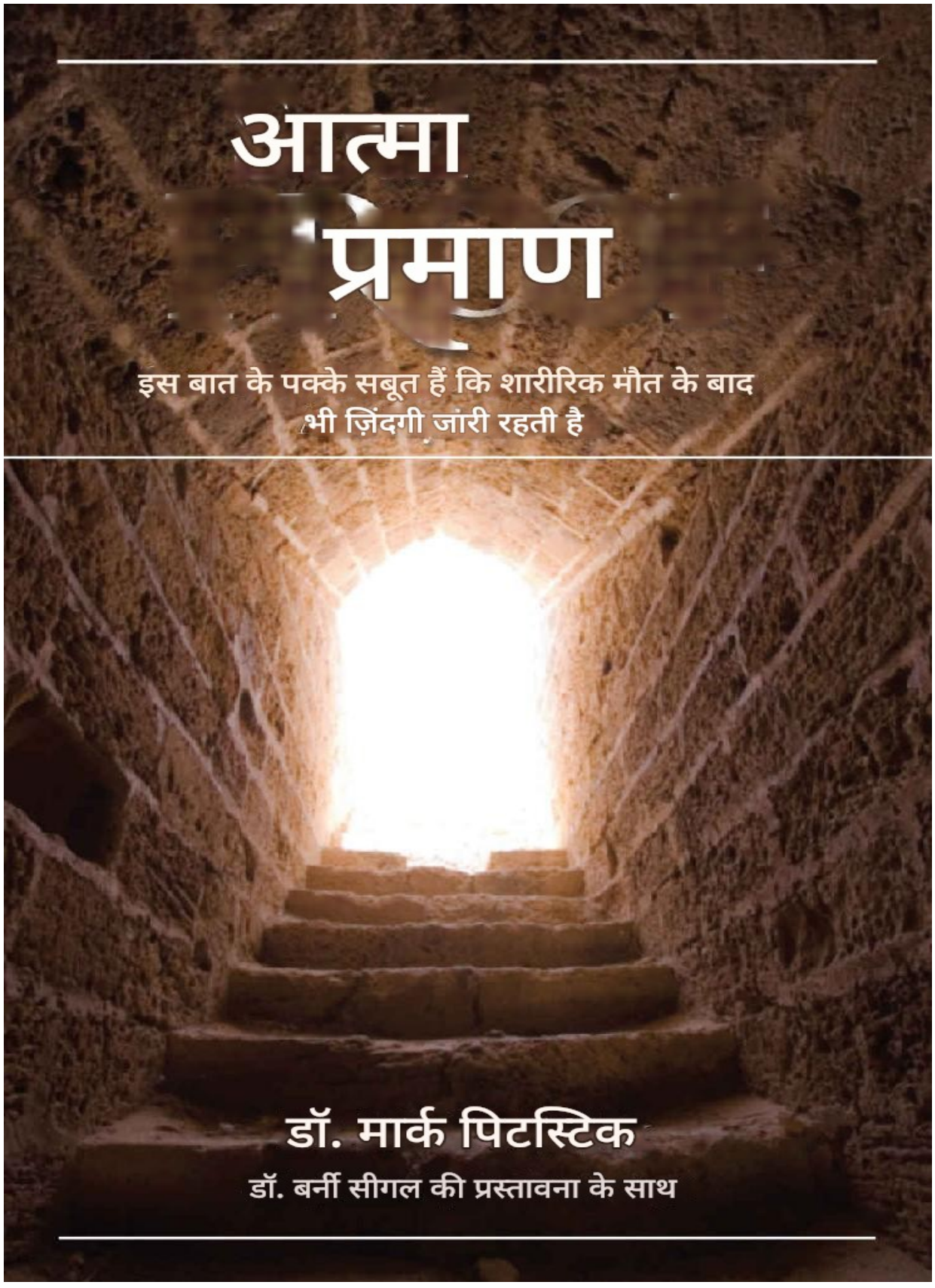
आत्मा
प्रेमाण
इस बात के पक्के सबूत हैं कि शारीरिक मौत के बाद
भी ज़िंदगी जारी रहती है
डॉ. मार्क पिटस्टिक
डॉ. बर्नी सीगल की प्रस्तावना के साथ

आत्मा प्रमाण

इस बात के पुख्ता सबूत कि शारीरिक मृत्यु के बाद भी जीवन जारी रहता है

मार्क पिटस्टिक, एम.ए., डी.सी.
डॉ. बर्नी सीगल की प्रस्तावना के साथ

कॉपीराइट 2018, 2016, 2012, 2009, 2003 डॉ. मार्क आर. पिटस्टिक द्वारा। संयुक्त राज्य अमेरिका में मुद्रित। सर्वाधिकार सुरक्षित। इस पुस्तक का कोई भी भाग किसी भी रूप में या किसी भी माध्यम से पुनरुत्पादित या प्रसारित नहीं किया जा सकता है। इसका अर्थ है, इलेक्ट्रॉनिक या यांत्रिक रूप से, जिसमें फोटोकॉपी, रिकॉर्डिंग, या कोई भी सूचना भंडारण और पुनर्प्राप्ति प्रणाली शामिल है, प्रकाशक से लिखित अनुमति के बिना।

सभी पूछताछ मार्क आर. पिटस्टिक, एमए, डी.सी. को संबोधित की जानी चाहिए। ईमेल पता: mark@soulproof.com वेबसाइट: www.soulproof.com

आत्मा का प्रमाण:
डॉ. मार्क आर. पिटस्टिक द्वारा लिखित "शारीरिक मृत्यु के बाद भी जीवन जारी रहता है" के ठोस प्रमाण ($19.95) ISBN 0-9661419-6-2

अस्वीकरण

इस संकलन को यथासंभव पूर्ण और सटीक बनाने का हर संभव प्रयास किया गया है। फिर भी, जानकारी में परिवर्तन हो सकता है और इसमें टाइपिंग और विषयवस्तु

स्वीकृतियाँ
मेरे प्रिय परिवार और दोस्तों को उनके प्यार, समर्थन और सहयोग के लिए बहुत-बहुत धन्यवाद।
वेंडी केलर, डॉ. पॉल ब्राउन, लूसी लैदर, लैनी एब्राइट, एंडी ली, वर्जीनिया पिटस्टिक और ओटो और सूसी कॉलिन्स को उनके संपादकीय सहयोग के लिए धन्यवाद। आंतरिक सज्जा और कवर डिज़ाइन के लिए रयान रोगहार को धन्यवाद। बैक कवर फोटोग्राफी के लिए एरिका मिलिगन को धन्यवाद।
प्रस्तावना लिखने के लिए डॉ. बर्नी सीगल को धन्यवाद। केन रिंग पीएच.डी., वेन डायर एड.डी., माइकल न्यूटन पीएच.डी., जेफरी मिशलोव पीएच.डी. और वाल्टर सेमकीव एम.डी. को हमारे रेडियो शो से उनके विशेष योगदान को शामिल करने की अनुमति देने के लिए धन्यवाद।
डॉ. रेमंड मूडी, पीएचडी, एम.डी. को पुस्तक में उनके योगदान और मृत्यु के बाद सुगम संचार के बारे में मुझे प्रशिक्षण देने के लिए धन्यवाद।
डॉ. ब्रायन वेइस को हमारे रेडियो साक्षात्कार के दौरान अमूल्य अंतर्दृष्टि साझा करने और मुझे पूर्व जीवन प्रतिगमन चिकित्सा में प्रशिक्षित करने के लिए धन्यवाद।
उन अनेक अन्य शोधकर्ताओं और शिक्षकों को भी, जिनके निष्कर्षों का मैंने उल्लेख किया है।
मेरे उन मरीजों को, जिन्होंने मुझे इतने वर्षों में बहुत कुछ सिखाया है। मेरे उच्च ऊर्जा सहायकों को: देवदूतों, मार्गदर्शकों, गुरु शिक्षकों और अन्य विकसित ऊर्जाओं को जो इतना प्यार, समर्थन, मार्गदर्शन और सहायता प्रदान करते हैं।
ईश्वर (ई.एल.जी.ओ.डी.) के लिए - वह ऊर्जावान, प्रेमपूर्ण, मार्गदर्शक, संगठित करने वाली और डिजाइन करने वाली प्रक्रिया जो समस्त जीवन के पीछे है, वही संपूर्ण जीवन है, और जिसका हम में से प्रत्येक अभिन्न, अनंत और शाश्वत अंश है।

विषयसूची
प्रस्तावना vii
परिचय 1
आस्था और ज्ञान; साक्ष्य की श्रेणियाँ;
99% परिप्रेक्ष्य; अकथनीय को संप्रेषित करना; अंतिम टिप्पणियाँ साक्ष्य श्रेणी #1:
मृत्यु के बाद संचार 11
साझा एडीसी, साक्ष्य आधारित एडीसी, परिवर्तनकारी एडीसी, सुगम एडीसी, मृत्युशय्या दर्शन, अंतिम स्पष्टता, निष्कर्ष और कार्य योजना; लाभ #1 साक्ष्य श्रेणी #2:
मृत्यु के निकट के अनुभव 31
ऐतिहासिक निरंतरता, सत्यापन योग्य मामले, बाल चिकित्सा सत्यापन मामले, जीवन पूर्वावलोकन, सहानुभूतिपूर्ण एनडीई, दृष्टिहीन व्यक्ति और एनडीई, परिवर्तनकारी पहलू, शरीर से बाहर के अनुभव, निष्कर्ष और कार्रवाई के चरण; लाभ #2
साक्ष्य श्रेणी #3:
चमत्कारिक और रहस्योद्घाटनकारी अनुभव 49
देवदूतों से मुलाकात, चमत्कारिक घटनाएँ, निष्कर्ष और कार्रवाई के चरण; लाभ #3
साक्ष्य श्रेणी #4:
वैज्ञानिक प्रमाण 61
वैज्ञानिक अनुसंधानों का इतिहास, प्रख्यात वैज्ञानिकों के विचार, भौतिक विज्ञान से प्राप्त जानकारी, आध्यात्मिक संचार प्रौद्योगिकी, वास्तविकता का स्वरूप, समय की सापेक्षिक वास्तविकता, ऊर्जा और चेतना से युक्त प्राणी के रूप में मनुष्य, निष्कर्ष और कार्य योजना; लाभ #4
साक्ष्य श्रेणी #5:

साक्ष्य माध्यम इनपुट 79
ऐतिहासिक परिप्रेक्ष्य, माध्यमों पर वैज्ञानिक शोध, माध्यमों के साथ मेरा व्यक्तिगत अनुभव, माध्यमों द्वारा की गई रीडिंग के उदाहरण, निष्कर्ष और कार्रवाई के चरण; लाभ #5

साक्ष्य श्रेणी #6:
धर्म और आध्यात्मिकता से प्राप्त जानकारी 95
ईश्वर का स्वरूप, मनुष्य का स्वरूप, स्वर्ग और नरक: अस्तित्व की अवस्थाएँ, आत्महत्या: अक्षम्य पाप नहीं, सार्वभौमिक मोक्ष, धार्मिक दृष्टिकोण, आध्यात्मिकता के दृष्टिकोण, निष्कर्ष और कार्य योजनाएँ; लाभ #6 साक्ष्य श्रेणी #7:
प्रसवकालीन साक्ष्य 125
शोध साक्ष्य और मामले, निष्कर्ष और कार्रवाई के चरण; लाभ #7
साक्ष्य श्रेणी #8:
चक्रीय जीवन अनुभवों के प्रमाण 135
धार्मिक/आध्यात्मिक इनपुट; दार्शनिक तर्क; नैदानिक प्रमाण: क्लासिक प्रमाण, उपचारात्मक प्रमाण, जन्मों के बीच समानताएं, पूर्व जन्म प्रतिगमन, बच्चों की पूर्व जन्म की यादें, डॉ. इयान स्टीवेन्सन का शोध, निष्कर्ष और कार्रवाई के चरण; लाभ #8
साक्ष्य श्रेणी #9:
प्रत्यक्ष अनुभव और जानने के अन्य तरीके 161
बचपन का ज्ञान, एकता चेतना की झलक, केंद्रित अभ्यास, सामान्य ज्ञान, आस्था के साथ जीना, प्रत्यक्ष अनुभव, परलोक साक्ष्य की कानूनी जांच, भूत-प्रेत दर्शन, कला और चेतना, निष्कर्ष और कार्य योजना; लाभ #9
उपसंहार 187
परिशिष्ट ए: ज्ञानोदय के लिए एक भाषा 191
संदर्भ 197
लेखक के बारे में 207

∞ प्रस्तावना ∞
डॉ. बर्नी सीगल द्वारा।

मैं परलोक की वास्तविकता और हमारी आध्यात्मिक प्रकृति में विश्वास करता हूं, दूसरों की कहानियों या मान्यताओं के कारण नहीं, बल्कि इसलिए कि मेरे व्यक्तिगत और व्यावसायिक जीवन के अनुभवों ने मुझे आश्वस्त किया है। इसलिए, मुझे सोल प्रूफ के लिए प्रस्तावना लिखने में खुशी हो रही है। मार्क ने प्रत्यक्ष अनुभवों, धार्मिक प्रमाणों और नैदानिक संकेतों सहित कई प्रमाण एकत्र किए हैं, जो खुले दिमाग और विश्वास करने की इच्छा रखने वाले व्यक्ति के लिए बेहद सुकून और उपचार का स्रोत हो सकते हैं।
चार साल की उम्र में, मैं लगभग दम घुटकर मर ही गया था जब मैंने एक खिलौना तोड़कर उसके टुकड़े अपने मुंह में डाल लिए थे। गलती से वे टुकड़े मेरे गले में चले गए और मेरा दम घुट रहा था, मरने का यह बहुत ही दर्दनाक तरीका था, और जब मैंने अपना शरीर छोड़ा तो मुझे बहुत खुशी हुई। अपने शरीर को देखते हुए, खुद को दम घुटते हुए देखकर मुझे शांति मिली। शरीर से बाहर होना, शरीर में होने से ज्यादा दिलचस्प था। मुझे मरने से कोई परेशानी नहीं थी, लेकिन मैं दुखी था, जैसा कि ज्यादातर बच्चे इस अनुभव से गुजरते हैं।
मुझे डर था कि मेरे माता-पिता घर आएंगे और मुझे मृत पाएंगे। मेरा मन कह रहा था, "मुझे मृत्यु ही बेहतर लगती है; यह जीवित रहने और अपने शरीर में होने से कहीं अधिक रोचक है।"
इसलिए मैं उन लोगों की स्थिति को समझ सकता हूँ जो जन्म से अंधे होते हैं और मृत्यु के निकट या शरीर से बाहर निकलने के अनुभवों के दौरान पहली बार देख पाते हैं। उन्हें पुनर्जीवित किए जाने पर निराशा भी होती है क्योंकि अब वे फिर से अंधे हो जाते हैं। जब आप ऐसे व्यक्तियों से मिलते हैं जो जन्म से अंधे होते हैं और शरीर से बाहर निकलने के दौरान देखने का अनुभव करते हैं,

तो आपको रुककर यह पूछना पड़ता है: “जीवन का स्वरूप क्या है? यहाँ क्या हो रहा है? कौन देख रहा है?”
मार्क जिन नौ प्रकार के साक्ष्यों पर चर्चा करते हैं, उनमें से एक है मृत्यु के बाद के संचार या एडीसी। मैंने इनके बारे में अपनी पुस्तक 'लव, मेडिसिन एंड मिरेकल्स' में लिखा है और तब से मैंने ऐसे कई अन्य अनुभवों को भी महसूस किया है। यदि आपके लिए इनकी कल्पना करना कठिन है, तो स्वयं ही पता लगाएँ। उन माता-पिता के साथ एक कमरे में बैठें जिनके बच्चे मर चुके हैं, वे आपको अपने बच्चों के वापस आने की रोचक कहानियाँ सुनाएँगे।

वे इन समूहों में सुरक्षित महसूस करते हैं और ऐसी कहानियां साझा करते हैं जिनके बारे में वे सार्वजनिक रूप से बात नहीं करेंगे।
एक मामले में, एक महिला, जिसका बेटा पाँच साल पहले मर चुका था, ने यह कहानी साझा की। “मैं पार्कवे पर गाड़ी चला रही थी, तभी मेरा बेटा अचानक मेरे सामने आ गया और बोला: ‘माँ, धीरे चलो!’ तो मैंने गाड़ी धीमी कर दी। जैसे ही मैं मोड़ पर पहुँची, वहाँ लगभग दस कारें बर्फ की चादर पर फिसल गई थीं और मेरे बेटे की कही बात की वजह से मैं दुर्घटना में शामिल नहीं हुई।” मैंने ऐसे कई अनुभव किए हैं जब मरीज़ों के निधन के समय मुझे एडीसी (प्रारंभिक मृत्यु की सूचना) मिली थी। मैं जॉगिंग कर रहा होता था, जिससे मैं एक तरह की समाधि जैसी अवस्था में चला जाता था, और तभी मुझे एक आवाज़ सुनाई देती थी जो अलविदा कहती थी। मैं घर आकर अपनी पत्नी को बताता था कि फलां व्यक्ति का निधन हो गया है और एक घंटे बाद हमें परिवार का फोन आता था जो हमें यह खबर देता था।
मुझे लगता है कि ये ऐसे लोग हैं जिनके साथ आपको घनिष्ठ संबंध रखना चाहिए। घनिष्ठ संबंध किसी न किसी रूप में एक सचेत ऊर्जा उत्पन्न करता है, जिससे संवाद करना आसान हो जाता है। यदि आप क्वांटम भौतिकी का अध्ययन करते हैं, तो आपको पता चलता है कि उप-परमाणु कणों को अलग करने के बाद भी वे ऐसा व्यवहार करते हैं मानो वे अभी भी एक साथ हों, भले ही वे बहुत दूर हों।
मुझे प्रबुद्ध धर्मों से प्राप्त विचारों पर मार्क की चर्चा भी सराहनीय लगी। ये गूढ़ दृष्टिकोण ईश्वर की एक अधिक व्यापक और उच्चतर समझ को मान्यता देते हैं। मैं ईश्वर को कहीं बैठे हुए किसी पुरुष या स्त्री के रूप में नहीं देखता। मेरे लिए, यह उस अविभेदित क्षमता का परिणाम है जो हर चीज का स्रोत है, और जिससे सृष्टिकर्ता, वह एक, उत्पन्न होता है। सृष्टिकर्ता क्या है? बुद्धि, ऊर्जा, प्रेम और चेतना।
मार्क ने व्यक्तिगत ज्ञान के स्रोतों तक पहुँचने पर भी एक खंड शामिल किया है। आंतरिक ज्ञान विकसित करने के अनुभवात्मक तरीके हैं जिनके लिए किसी वैज्ञानिक प्रमाण की आवश्यकता नहीं है। मेरे लिए, नियमित मौन और ध्यान आंतरिक शांति में सहायक होते हैं—ब्रह्मांड की लय, सुंदरता और विशाल संभावनाओं की गहरी समझ प्रदान करते हैं। कवियों और कलाकारों का सहज ज्ञान भी मुझे प्रभावित करता है।

जैसा कि मार्क कहते हैं, अपनी नश्वरता और अमरता दोनों को स्वीकार करने से हमारा जीवन पूरी तरह बदल जाता है। बुढ़ापा, जीवन में बदलाव और मृत्यु को संभालना तब आसान हो जाता है जब हम जानते हैं कि हमारा सार शारीरिक मृत्यु के बाद भी जीवित रहता है। बेशक, सबसे कठिन अनुभव अपने बच्चों से अधिक समय तक जीवित रहना है। जब हम उन माता-पिता को परामर्श देते हैं जिनके बच्चे मर चुके हैं, तो यह अनुभव और भी कठिन हो जाता है।
पहले मैं सुनता हूँ। फिर मैं उनसे वह सवाल पूछता हूँ जो जीवन का सार है:

“आप अपने दर्द का उपयोग कैसे करना चाहते हैं? कोयला हीरा कैसे बनता है? क्या आप एक सहायता समूह शुरू करके दूसरों की मदद करेंगे या अतीत में उलझे रहेंगे और अंतहीन रूप से यह सवाल करते रहेंगे कि ऐसा क्यों हुआ?”
सोल प्रूफ में मौजूद विविध साक्ष्य हमें यह याद दिलाने में मदद करते हैं कि शारीरिक मृत्यु अंत नहीं, बल्कि एक परिवर्तन और एक नई शुरुआत है। तब हम इस सत्य पर अधिक स्पष्ट रूप से ध्यान केंद्रित कर सकते हैं कि हम यहाँ सेवा करवाने नहीं, बल्कि दूसरों की सेवा और प्रेम करने आए हैं।
बर्नी सीगल, एम.डी.
– शांति, प्रेम और उपचार तथा अन्य पुस्तकों के लेखक

“आइए हम ऐसे जिएं मानो हम अमर हों।” - अरस्तू

जब मैं बीस साल का था, तब मैं अंशकालिक श्वसन चिकित्सक के रूप में काम करता था। आपातकालीन कक्ष में मेरी पहली मुलाकातों में से एक में, मैंने एक पांच वर्षीय लड़के के इलाज में सहायता की, जिसे एक ट्रक ने टक्कर मार दी थी। जैसे-जैसे हम उसका इलाज कर रहे थे, कहानी सामने आई: वह अपने पहले दिन किंडरगार्टन जा रहा था और अपने युवा माता-पिता का इकलौता बच्चा था। घंटों के पुनर्जीवन प्रयासों के बावजूद, कई चोटों के कारण उसकी मृत्यु हो गई। सदमे में, मैं लड़खड़ाते हुए हॉल में पहुंचा और ठीक उसी समय मैंने देखा कि डॉक्टर द्वारा उन्हें यह दुखद खबर सुनाए जाने पर उसके माता-पिता के चेहरे शोक से विकृत हो गए थे।
मैं बाहर गया, आसमान की ओर मुट्ठी तानी और ईश्वर को कोसने लगा। एक सर्वव्यापी प्रेममय, सर्वशक्तिमान और सर्वज्ञानी सृष्टिकर्ता भला एक नन्हे बच्चे को इतनी दुखद मृत्यु कैसे सहने दे सकता है? यह कैसी दुनिया है जहाँ मासूम बच्चे कष्ट सहते हैं और लोग ऐसे नुकसान झेलते हैं? इसके बाद, मैं अज्ञेयवाद के दौर में चला गया और निराशावादी दृष्टिकोण से उत्पन्न भावनात्मक पीड़ा और भ्रम का अनुभव किया।
समय के साथ, मेरे जीवन की इस और अन्य कठिन घटनाओं ने मुझे जीवन के अस्तित्व संबंधी प्रश्नों के उत्तर खोजने के लिए प्रेरित किया, जैसे: “मैं कौन हूँ? मैं यहाँ क्यों हूँ? क्या कोई प्रेममय और न्यायपूर्ण सर्वोच्च सत्ता है?” शक्ति? इतना दुख क्यों है? शारीरिक मृत्यु के बाद क्या होता है?
आपको सवाल तो पता ही हैं।

मैंने सार्थक उत्तर खोजने का प्रयास शुरू किया। पिछले पैंतालीस वर्षों की गहन खोज के दौरान, मैंने कई बेहतरीन उत्तर एकत्रित किए हैं जिन्हें मैं इस पुस्तक में साझा करूँगा।
फिलहाल, मैं आपसे दो महत्वपूर्ण और जीवन को पूरी तरह से बदल देने वाले प्रश्नों पर विचार करने का आग्रह करता हूं।

सबसे पहले, आपको यह विश्वास दिलाने के लिए क्या करना होगा कि आप वास्तव में एक कालातीत प्राणी हैं जो शाश्वत रूप से जीवन का अनुभव करते हैं? क्या आप ऐसे हैं?
मियामी के एक टॉक-शो होस्ट ने मुझसे कहा था कि वह परलोक में तभी विश्वास करेगा जब वह किसी संरक्षित शव को ताबूत से बाहर निकलते हुए देखेगा? अगर ऐसा है, तो शायद आपको खुद देखने के लिए अपनी मृत्यु तक इंतजार करना पड़ेगा। लेकिन शायद आप उससे ज़्यादा खुले विचारों वाले हैं। क्या होगा अगर आपको पता चले कि कई लोग—जिनमें जाने-माने वैज्ञानिक, मशहूर हस्तियाँ और शायद आपके कुछ प्रियजन भी शामिल हैं—ने इसका प्रत्यक्ष अनुभव किया है।
क्या आपने अलौकिक वास्तविकताओं के अनुभवों का अनुभव किया है? क्या आप और अधिक आश्वस्त होंगे यदि आपको पता चले कि अभूतपूर्व नैदानिक और वैज्ञानिक शोध इस बात का स्पष्ट संकेत देते हैं कि शारीरिक मृत्यु के बाद भी चेतना की निरंतरता बनी रहती है?
मेरा दूसरा सवाल यह है: अगर सबूतों के मुताबिक आप और बाकी सभी अमर हैं, तो इससे आपके जीवन में क्या बदलाव आएगा? क्या यह जानना मददगार होगा कि आप अपने प्रियजनों को सचमुच खो नहीं सकते, बल्कि उनसे कुछ समय के लिए ही अलग होते हैं? क्या आप जीवन के बदलावों को बेहतर ढंग से झेल पाएंगे, और यहाँ तक कि उनमें तरक्की भी कर पाएंगे, अगर आप इस बात को गहराई से समझ लें कि आप स्वभाव से ही शाश्वत हैं? क्या इस ज्ञान से आपके जीने का तरीका और दूसरों के साथ आपका व्यवहार बेहतर हो सकता है?
कुछ पल रुककर इन सवालों पर विचार करें। जब मैं सभी साक्ष्य प्रस्तुत कर रहा हूँ, तो कृपया ऐसा महसूस करें जैसे हम इन महत्वपूर्ण मुद्दों पर आमने- सामने चर्चा कर रहे हैं। इस पुस्तक में दिए गए साक्ष्यों को गहराई से समझने से आपको यह एहसास होगा कि आपका सांसारिक अनुभव कितना रोमांचक, शानदार और सुरक्षित हो सकता है।

आप अपने शाश्वत स्वरूप की गहरी समझ के साथ आने वाले मूर्त और कभी-कभी तात्कालिक लाभों से जुड़ सकते हैं।
अपने बारे में अधिक जागरूकता से मिलने वाले लाभों में निम्नलिखित शामिल हैं:
1. शारीरिक मृत्यु के बारे में बहुत कम या बिल्कुल भी भय और शोक नहीं होना।
2. जीवन के सभी पहलुओं के प्रति अधिक विश्वास, यहां तक कि उन पहलुओं के प्रति भी जिनमें दुख और त्रासदी शामिल हैं।
3. जीवन के सबसे बड़े सवालों के बारे में गहरी समझ और शांति।
4. अपने दिल की गहराई से जुड़ी इच्छाओं को पूरा करने के लिए अधिक स्पष्टता और साहस प्राप्त करना।
5. जीवन के अपरिहार्य परिवर्तनों के प्रति अधिक शांति और स्वीकृति।

6. समस्त जीवन के स्रोत के निकट होने का अनुभव करना।
7. अपने शरीर के प्रति अधिक सराहना और देखभाल।
8. यह दृढ़ ज्ञान कि आपका सांसारिक अनुभव पूरी तरह से सुरक्षित, निष्पक्ष और उद्देश्यपूर्ण है।
9. प्रेम, सेवा, रोमांच, विकास और आनंद की अनंतता के प्रति उत्साह, खुशी और कृतज्ञता।

मैं साक्ष्य की प्रत्येक श्रेणी के बाद इनमें से एक लाभ पर चर्चा करूंगा। मैं आपको आश्वस्त करना चाहता हूँ कि मैं इस विषय पर लिखने और पढ़ाने के लिए पूरी तरह से योग्य हूँ। लेखक के बारे में अनुभाग में सूचीबद्ध मेरे पेशेवर प्रशिक्षण और अनुभव महत्वपूर्ण हैं। लेकिन मेरे व्यक्तिगत अनुभव मुझे इस कार्य के प्रति विशेष रूप से जानकार और उत्साही बनाते हैं क्योंकि मैंने:
• शरीर से बाहर निकलने का अनुभव हुआ
• दिवंगत लोगों की झलक देखी
• बहु-संवेदी रूप से अनुभव किया गया ई.एल.जी.ओ.डी.
• बचपन से ही उनमें श्रवण शक्ति की गहरी क्षमता थी।
• चालीस वर्षों से अधिक समय तक ध्यान, योग अभ्यास और समग्र आत्म-देखभाल का अभ्यास किया।

सबसे महत्वपूर्ण बात यह है कि वर्षों से मैंने लोगों में उस दिव्य अनुभूति को देखा है जब उन्हें यह एहसास होता है कि उनका जीवन समाप्त नहीं होने वाला है, या किसी भयानक अनंत काल में समाप्त नहीं होने वाला है। मैंने लोगों को घोर पीड़ा, अवसाद और निराशा की गहराइयों से बाहर निकलते हुए देखा है, जब वे हर दिन यह याद रखने का चुनाव करते हैं कि जीवन और प्रेम शाश्वत हैं। यह अहसास कि आप और हर कोई वास्तव में शाश्वत प्राणी हैं, आपको अपने जीवन को बेहतर बनाने के लिए सशक्त बनाता है।

साक्ष्य की श्रेणियाँ
नौ श्रेणियों के प्रमाण इस बात की प्रबल पुष्टि करते हैं कि वास्तव में किसी की मृत्यु नहीं होती। मैंने सैकड़ों पुस्तकों का अध्ययन किया है, कई सेमिनारों में भाग लिया है और चेतना के शीर्ष विशेषज्ञों से प्रशिक्षण प्राप्त किया है ताकि उपलब्ध सभी प्रमाणों को संकलित कर सकूँ। यह सारी जानकारी आपके लिए सरल, रोचक और आसानी से समझने योग्य प्रारूप में प्रस्तुत की गई है।

इस बात के पर्याप्त वैज्ञानिक, नैदानिक और अनुभवजन्य (प्रत्यक्ष प्रमाणों पर आधारित) प्रमाण हैं कि चेतना शारीरिक मृत्यु के बाद भी जीवित रहती है। मैं विशेष रूप से उन प्रमाणों पर ज़ोर देता हूँ जिनमें एक या एक से अधिक प्रमाणिक घटक मौजूद हों। इन सभी प्रमाणों से स्पष्ट होता है कि हमारी आत्मा शाश्वत है।
साक्ष्य की नौ श्रेणियां इस प्रकार हैं:
1. मृत्यु के बाद के संचार
2. मृत्यु के निकट के अनुभव और शरीर से बाहर के अनुभव
3. चमत्कारिक घटनाएँ और दैवीय रहस्योद्घाटन
4. वैज्ञानिक प्रमाण
5. साक्ष्य माध्यम इनपुट
6. धार्मिक और आध्यात्मिक शिक्षाएँ
7. प्रसवकालीन इनपुट
8. चक्रीय जीवन अनुभवों के प्रमाण
9. प्रत्यक्ष अनुभव और जानने के अन्य तरीके।

ध्यान रखें कि परलोक की अवधारणा को पुख्ता समर्थन देने के लिए किसी एक श्रेणी के केवल एक पहलू का सत्य होना ही पर्याप्त है। जैसा कि प्रख्यात दार्शनिक और चिकित्सक डॉ. विलियम जेम्स ने कहा था, "यह सिद्ध करने के लिए कि सभी कौवे काले होते हैं, एक सफेद कौवा मिल जाए तो ही काफी है।" जैसा कि आप देखेंगे, सभी प्रमाणों का कोई तर्कसंगत स्पष्टीकरण नहीं है, जब तक कि वास्तव में चेतना मानव शरीर से स्वतंत्र रूप से विद्यमान न हो।

आस्था और ज्ञान
शारीरिक मृत्यु का भय अधिकांश लोगों को सताता है और लगभग हर किसी के जीवन में समस्याएँ पैदा करता है। कई लोग मरणासन्न व्यक्तियों के साथ रहने, अंत्येष्टि में जाने और शोक संतप्त लोगों से क्या कहना है, इस बारे में

असहज महसूस करते हैं। प्रियजनों के बिछड़ने पर अत्यधिक शोक होता है। लाइलाज बीमारी का सामना करते हुए, कई लोग अंतहीन परीक्षणों और उपचारों से गुज़रते हैं, अपने जीवन की गुणवत्ता खो देते हैं और अपरिहार्य को टालने की कोशिश में अपने बैंक खाते खाली कर देते हैं।
मृत्यु का भय शारीरिक नश्वरता को नकारने से उत्पन्न विचित्र व्यवहारों के माध्यम से समाज पर नकारात्मक प्रभाव भी डालता है।

मृत्यु से बचने के अचेतन प्रयासों में शारीरिक दिखावट पर अत्यधिक ध्यान देना, स्पष्ट भौतिकवाद और सतही संबंध शामिल हो सकते हैं। मृत्यु का भय खाने की गड़बड़ी, यौन लत, जुआ या मादक पदार्थों और शराब के सेवन जैसे आत्म-विनाशकारी व्यवहारों को जन्म दे सकता है।
हम सभी को यह मानने के लिए एक तर्कसंगत आधार की आवश्यकता है कि हमारा सार अमर है, भले ही हमारा भौतिक शरीर नश्वर हो। अतीत में, पारंपरिक धर्मों ने इसे प्रदान करने का प्रयास किया, लेकिन अधिकांश लोग अब केवल आस्था से संतुष्ट नहीं होते। कई लोगों ने रूढ़िवादिता को त्याग दिया है; वास्तव में, अमेरिका में अब केवल एक छोटा सा अल्पसंख्यक ही नियमित रूप से पूजा- अर्चना में भाग लेता है। लोग शारीरिक मृत्यु के बाद जीवन के निरंतरता में विश्वास करना चाहते हैं, लेकिन उन्हें इसका ठोस प्रमाण चाहिए।
सोल प्रूफ वह सबूत प्रदान करता है।
सोल प्रूफ में दी गई जानकारी आपको अपने शाश्वत स्वभाव के बारे में व्यक्तिगत आस्था और प्रमाण-आधारित ज्ञान प्रदान करती है। यह संयोजन आपको अपने आसपास की किसी भी परिस्थिति में शांति, आनंद, स्पष्टता और साहस के साथ जीने में सक्षम बनाता है।

99.9% परिप्रेक्ष्य
आपकी पांचों इंद्रियां आपको यह संकेत दे सकती हैं कि आप केवल एक भौतिक शरीर हैं, लेकिन सच्चाई यह है कि आप उससे कहीं अधिक हैं। निम्नलिखित तथ्य यह दर्शाते हैं कि आप वास्तविकता का कितना कम हिस्सा ही समझ पाते हैं:
• अधिकांश मनुष्य अपनी मस्तिष्क क्षमताओं का 1 प्रतिशत से भी कम उपयोग करते हैं।

• मस्तिष्क का अधिकांश कार्य निरोधात्मक होता है, अर्थात् यह आपकी इंद्रियों द्वारा अनुभव की जाने वाली चीजों को सीमित करता है। अन्यथा, आप संवेदी सूचनाओं से अभिभूत हो सकते हैं और कार्य करने में असमर्थ हो सकते हैं।
• यदि हमारी दुनिया में मौजूद सभी प्रकाश और ऊर्जा (जिससे अंततः जीवन बनता है) माउंट एवरेस्ट के आकार की होती, तो अधिकांश लोग केवल गोल्फ बॉल के आकार के एक छोटे से हिस्से का ही पता लगा सकते थे।
• इस प्रकार, आप संभवतः जीवन को एक छोटे से छेद से देख रहे हैं, बजाय इसके कि आप अस्तित्व में मौजूद हर चीज की व्यापक वास्तविकता को देखें।

ब्रह्मांड वृहद पैमाने पर अविश्वसनीय रूप से विशाल है (इसे बेहतर ढंग से समझने के लिए, हबल टेलीस्कोप से ली गई तस्वीरें या वीडियो देखें)। अंतरिक्ष दूरबीन):
• हमारी आकाशगंगा, मिल्की वे में हमारे सूर्य जैसे 100 से 400 अरब तारे मौजूद हैं।
• नवीनतम अनुमानों के अनुसार, ब्रह्मांड में दो ट्रिलियन आकाशगंगाएँ मौजूद हो सकती हैं।
• इस विशाल ब्रह्मांड में, नीहारिकाएँ ऊर्जा और पदार्थ के ऐसे आवरण उत्सर्जित करती हैं जिनमें नई आकाशगंगाओं को जन्म देने की क्षमता होती है।
• भौतिकविदों का सिद्धांत है कि निरंतर विस्तारित हो रहे ब्रह्मांड में कई ब्रह्मांड और आयाम मौजूद हैं।

अब, सूक्ष्म स्तर पर दूसरी दिशा में चलते हैं:
• आपके शरीर की लगभग 40 ट्रिलियन कोशिकाओं में से प्रत्येक में छोटे उप-इकाइयाँ या अंगक होते हैं।
• ये बदले में अणुओं, परमाणुओं और उप-परमाणु कणों (प्रोटॉन, न्यूट्रॉन, इलेक्ट्रॉन) से मिलकर बने होते हैं, जो कि और भी छोटे कणों (क्वार्क, बोसॉन, म्यूऑन आदि) से बने होते हैं।
• सबसे छोटे कणों में तरंग और कण दोनों के गुण होते हैं, और वे ऊर्जा और पदार्थ के बीच परस्पर क्रिया के रूप में मौजूद होते हैं।
• ठोसता (कण) और अदृश्यता (तरंगों) के बीच होने वाले इस उतार-चढ़ाव का गणितीय रूप से अनुमान लगाया गया है कि यह प्रति सेकंड 26 सेप्टिलियन बार होता है।

इस बात का इस ज्ञान से क्या संबंध है कि आप ऊर्जा और चेतना से युक्त एक अविनाशी प्राणी हैं? सीधे शब्दों में कहें तो, इसका सब कुछ संबंध है। हजारों साल पहले, अधिकांश लोगों के लिए जीवन की विशालता को समझना स्वाभाविक रूप से बहुत कठिन था। उन्होंने अपनी क्षमता के अनुसार प्रयास

किया, लेकिन उनके पास जानकारी जुटाने के लिए केवल पाँच इंद्रियाँ ही थीं।
इस कारण, वास्तविकता के प्रति उनका दृष्टिकोण बहुत सीमित था। वे आस-पास की घटनाओं को समझने के प्रयास में कहानियाँ गढ़ते थे। ये कहानियाँ पीढ़ियों दर पीढ़ियों आगे बढ़ती रहीं।

उनकी सीमित दृष्टि से, केवल वही चीज़ "वास्तविक" थी जो दिखाई देती थी। बाकी सब कुछ काल्पनिक (भौतिकवादी दृष्टिकोण से) या आध्यात्मिक (धार्मिक दृष्टिकोण से) था।
सूखा, अकाल, बीमारी और मृत्यु जैसी भयावह घटनाओं को आकाश में विराजमान शक्तिशाली प्राणियों द्वारा नियंत्रित माना जाता था। और अधिक बुरी घटनाओं से बचने की आशा में इन देवताओं को प्रसन्न करने के लिए हर संभव प्रयास किया जाता था।
अच्छे मौसम, शत्रुओं पर विजय, उत्तम स्वास्थ्य और मृत्यु से बचने के तरीकों का पता लगाने के प्रयास में विस्तृत अनुष्ठान और विश्वास प्रणालियाँ विकसित की गईं। रोचक बात यह है कि उनकी कुछ प्राचीन मान्यताएँ आज भी उन लोगों द्वारा मानी जाती हैं जिनका मन जिज्ञासु नहीं है।
अब तक, एक सीमित दृष्टिकोण के कारण आप शायद यह मानते रहे होंगे:
1. पृथ्वी पर जीवन अराजक, निरर्थक और डरावना है।
2. आप कुछ गलतियाँ कर सकते हैं – कुछ विचार, शब्द और कर्म – जिनके कारण आपको अनंत काल तक भयानक पीड़ा भोगनी पड़ेगी।
3. जब आपका शरीर मर जाता है, बस, कहानी खत्म।
4. या फिर, चेतना के अन्य स्तर भी हैं, लेकिन आपके प्रियजन जो इस दुनिया से चले गए हैं, उन्हें पुनरुत्थान तक कुछ भी पता नहीं चलता। या फिर, वे आकाश में अरबों-खरबों मील ऊपर हैं और आप उन्हें अपनी मृत्यु तक नहीं देख सकते।
5. यदि कोई सर्वोच्च शक्ति वास्तव में मौजूद है, तो वह आपसे दूर और भिन्न है। आकाश में विराजमान इस महान शक्ति से भयभीत होना चाहिए और उसे प्रसन्न करना चाहिए।
6. पृथ्वी 'यहाँ और ठोस' है जबकि परलोक - पृथ्वी से एक पर्दे द्वारा विभाजित
- 'वहाँ और अदृश्य' है।

सांसारिक जीवन की गुणवत्ता और मात्रा को अत्यधिक प्रभावित करने वाली गलतफहमियों की यह सूची अंतहीन है। ऊपर सूचीबद्ध मान्यताएँ एक सीमित दृष्टिकोण का परिणाम हैं। अब आपके पास है...
यह पुस्तक आपको वास्तविकता की अपनी समझ को माउंट एवरेस्ट के दृष्टिकोण तक विस्तारित करने का अवसर प्रदान करती है। इस पुस्तक में, मैं ऊपर उल्लिखित

प्रत्येक गलत धारणा के बारे में समकालीन साक्ष्यों के आधार पर चर्चा करूँगा।

अकथनीय बातों का संचार करना
परम सत्यों के विषय में प्राचीन ज्ञान स्रोतों में कहा गया है, "जो जानता है, वह बोलता नहीं, और जो बोलता है, वह जानता नहीं।" यह कथन वास्तविकता के उस अज्ञेय स्वरूप को दर्शाता है।
हालांकि, 21 वीं सदी में, मैं बहुत सी बातें अधिक निश्चितता के साथ कह सकता हूँ। मैं वैज्ञानिक पद्धति के अर्थों और प्रमाणों को बढ़ा-चढ़ाकर प्रस्तुत न करने के महत्व के प्रति सजग हूँ। साथ ही, मैं पाठकों को यह बताना चाहता हूँ कि बहुत से आंकड़े इस बात की ओर दृढ़ता से संकेत करते हैं कि सभी के लिए शाश्वत जीवन संभव है।
एक और स्पष्टीकरण: मैं अपनी वर्तमान सर्वोत्तम समझ साझा करूँगा, लेकिन यह दावा बिल्कुल नहीं करता कि मेरे पास सभी उत्तर हैं या केवल यही उत्तर हैं। वर्षों से मेरे विचार बदलते रहे हैं - और संभवतः आगे भी बदलते रहेंगे - जैसे-जैसे मुझे अधिक जानकारी प्राप्त होगी और नए अनुभव होंगे।
वेबस्टर साक्ष्य को इस प्रकार परिभाषित करता है: “एक बाहरी संकेत; कुछ ऐसा जो प्रमाण प्रदान करता है; गवाही।” प्रमाण की परिभाषा है: “सामान्य अनुभव द्वारा सिद्ध की गई कोई चीज़; अनुभव द्वारा अर्जित ज्ञान; कुछ ऐसा जो निश्चितता उत्पन्न करता है और वैधता स्थापित करता है।”(1)
इन परिभाषाओं के आधार पर, सोल प्रूफ कई प्रमाण और सबूत प्रस्तुत करता है कि आप और हर कोई ऊर्जा/चेतना/आत्मा के शाश्वत प्राणी हैं। इसका अर्थ है कि मृत्यु वास्तव में अंत नहीं है।
नोट: मैं परिशिष्ट ए में अपने शब्दों की परिभाषा दूंगा और आगे पढ़ने से पहले उस अनुभाग की समीक्षा करने की पुरजोर सलाह देता हूं।

अंतिम टिप्पणियाँ
इस पुस्तक के लाभ काफी व्यावहारिक हैं और इन्हें आप अपने जीवन के हर पहलू पर अभी से लागू कर सकते हैं। जब आप वास्तव में खुद को जान लेते हैं, तो जीवन अधिक अर्थपूर्ण और सुचारू रूप से चलने लगता है।
डर से मुक्ति की इस भावना को जिल ने खूबसूरती से बयां किया है। उन्होंने लिखा, “मैंने आपकी किताब मंगाई और उसमें दी गई जानकारी से मैं बेहद

प्रसन्न, आनंदित और मंत्रमुग्ध हो गई। कुछ हफ्ते पहले मुझे कैंसर का पता चला। दिलचस्प बात यह है कि जब डॉक्टर ने मुझे बीमारी के बारे में बताया, तब मैंने खुद को शांत और प्रेम से घिरा हुआ पाया। मुझे सच में लगता है कि आपकी किताब पढ़ने से मुझे इस संकट से निपटने के लिए साहस और विश्वास जुटाने में मदद मिली।”

यह जानकारी आपके जीवन को कैसे बदल सकती है, इसका एक और उदाहरण यहाँ दिया गया है। एलेन ने लिखा: “अपने बेटे की पुण्यतिथि पर उसकी कब्र के पास बैठकर मैं 'सोल प्रूफ' पढ़ रही हूँ। पिछला साल बहुत मुश्किल रहा है। लेकिन आज, उसके साथ बैठे हुए मुझे शांति का अनुभव हो रहा है। मैंने आपके 'माता-पिता को ठीक होने में मदद' वाले प्रेजेंटेशन में एक शब्द सीखा था जिसने मेरी बहुत मदद की है: “उसने अपना पार्थिव शरीर त्याग दिया।” अब मैं जानती हूँ कि धरती के नीचे उसका ही स्थान है।
अब उन्हें अपने शरीर की आवश्यकता नहीं है। उनकी आत्मा स्वर्ग में निवास कर रही है, वे खुश हैं, मैं उनसे फिर मिलूंगा, और अभी मिल सकता हूं। धन्यवाद! इस पुस्तक में उल्लिखित विषयों के बारे में मुझे व्यक्तिगत रूप से पूरा विश्वास है, लेकिन आपके लिए सबसे सही निर्णय यही होगा कि उनमें से कौन सा विषय सबसे अधिक सत्य प्रतीत होता है।
इस पुस्तक के संभावित शीर्षकों में से एक था 'घर वापसी'। जीवन में आपकी परिस्थितियाँ कैसी भी हों, जब आप याद करते हैं—कि आप कौन हैं, आप कहाँ से आए हैं, और कौन हमेशा आपके साथ चलता है—तो आप हमेशा घर पर होते हैं।
यह ज्ञान क्रिस ऑयलर की अद्भुत पुस्तक, गो टुवर्ड द लाइट में झलकता है। जब उनके नौ वर्षीय बेटे बेन, जो एड्स से मर रहा था, ने 'स्वर्ग' के स्वरूप के बारे में पूछा, तो उनके पिता ने उत्तर दिया: “हम ठीक से नहीं जानते कि यह कैसा दिखेगा। लेकिन यह घर लौटने जैसा महसूस होगा। तुम्हें पता है कि कुछ समय दूर रहने के बाद घर वापस आना कैसा लगता है? तुम्हें पता है कि कितना अच्छा लगता है? यह वैसा ही होगा—जैसे घर लौटना।” (2)
जब आप यह याद रखते हैं कि आप वास्तव में कौन हैं और उसी के अनुसार जीवन जीते हैं, तो आप अधिकांश समय या हर समय ऐसा ही महसूस कर सकते हैं।

नोट: उल्लिखित लेख SoulProof.com के होमपेज पर उपलब्ध हैं। उत्पाद SoulProof.com/Shop/ पर देखे जा सकते हैं।
• ऑडियो उत्पाद: समग्र श्वास क्रिया, मृत्यु के बाद संचार में सहायता, अपनी आत्मा से पूछें, जन्म पूर्व योजना, भूतकाल प्रतिगमन, आत्मा चिकित्सक से पूछें और अन्य

- [redacted]: [redacted], а также [redacted] [redacted] (пр. [redacted] [redacted] [redacted] [redacted])
- [redacted] [redacted] [redacted]

मृत्यु के बाद संचार

एक बूढ़ा आदमी सर्द सर्दियों की रात में अपने बिस्तर पर अकेला लेटा हुआ है।
वह कंजूस, क्रूर और स्वार्थी है—और उसे इसमें कुछ भी गलत नहीं लगता। उसे एक आवाज़ सुनाई देती है और वह देखता है कि तीन भूत उसे एक ऐसी यात्रा पर ले जाते हैं जो उसके जीवन को पूरी तरह से बदल देती है। आप इस किरदार को चार्ल्स डिकेंस के उपन्यास 'अ क्रिसमस कैरल' के स्क्रूज के रूप में पहचान सकते हैं। इस कहानी की प्रेरणा शायद वास्तविक जीवन के अनुभव से मिली हो। अपनी रचनाओं में डिकेंस ने देर रात एक अंधेरी, पथरीली सड़क पर अकेले चलने का वर्णन किया है। अचानक, उन्हें घोड़ों के खुरों की आवाज़ सुनाई दी और उन्होंने पीछे मुड़कर देखा तो एक घोड़ा और उसका सवार तेज़ी से उनकी ओर आ रहे थे। वे खुद को बचाने के लिए एक दरवाजे के अंदर कूद गए, और फिर—आश्चर्य

से—उन्हें कुछ भी दिखाई नहीं दिया। सड़क अचानक उतनी ही शांत और सुनसान हो गई थी जितनी कुछ पल पहले थी। (1)
इस अनुभव ने शायद उन्हें आत्माओं की वास्तविकता के बारे में आश्वस्त कर दिया और उन्हें स्क्रूज के आत्मा-सहायता प्राप्त पुनर्जन्म के बारे में लिखने के लिए प्रेरित किया। 'अ क्रिसमस कैरल' ने वर्षों से कई लोगों का मनोरंजन और उन्हें प्रेरित किया है और यह निराकार आत्माओं के आगमन की परिवर्तनकारी क्षमता के लिए एक सशक्त रूपक के रूप में कार्य करता है। डिकेंस अकेले नहीं थे। मृत्यु के बाद के संवादों (एडीसी) की घटनाएं इतिहास में और कई संस्कृतियों में दर्ज की गई हैं। राष्ट्रपति अब्राहम लिंकन और सर आर्थर कॉनन डॉयल जैसे प्रसिद्ध लोगों के व्यक्तिगत अनुभव थे जिन्होंने उन्हें जीवन की वास्तविकता के बारे में आश्वस्त किया।

शारीरिक मृत्यु के बाद। जनरल जॉर्ज पैटन भूतों में दृढ़ विश्वास रखते थे और उनका दावा था कि उनके प्रियजनों, जैसे कि उनके पिता, जो इस दुनिया से चले गए थे, ने उनसे मुलाकात की थी। जैसा कि उन्होंने अपने भतीजे फ्रेड आयर जूनियर को बताया, जिन्होंने पैटन के संस्मरण 'बिफोर द कलर्स फेड' लिखे थे, पिताजी शाम को मेरे तम्बू में आकर मुझसे बातें करते थे और मुझे भरोसा दिलाते थे कि मैं सब ठीक कर लूंगा और बहादुरी से काम लूंगा।
अगले दिन होने वाली लड़ाई। वह उतना ही वास्तविक था जितना कि लेक वाइनयार्ड स्थित अपने घर के अध्ययन कक्ष में। (2)
एडीसी की घटना एक दिलचस्प श्रेणी का प्रमाण है जो यह दर्शाता है कि मनुष्य शारीरिक मृत्यु के बाद भी जीवित रह सकते हैं। यह शब्द ऐसे व्यक्ति के साथ संपर्क का वर्णन करता है जिसने दूसरी दुनिया में कदम रखा हो। पहले ऐसी रिपोर्टों को अजीब माना जाता था और बहुत से लोग पागल समझे जाने के डर से इन्हें साझा नहीं करते थे। अब अधिक लोग इन आश्चर्यजनक रूप से सामान्य अनुभवों को खुलकर साझा कर रहे हैं। एडीसी की रिपोर्ट कई लोगों द्वारा की गई है।
कम से कम 25 प्रतिशत अमेरिकी, 66 प्रतिशत विधवाएं और 75 प्रतिशत ऐसे माता- पिता जिनके बच्चे गुजर चुके हैं।

एडीसी का अनुभव जागते या सोते समय किया जा सकता है। जागते समय, पृथ्वी- शिक्षा प्राप्त कर चुके लोगों को आप अपनी सामान्य इंद्रियों से महसूस कर सकते हैं। यानी, आप उन्हें किसी अन्य मनुष्य की तरह देख, सुन, सूंघ या महसूस कर सकते हैं। हालांकि, अक्सर जागते समय होने वाले एडीसी में अधिक सूक्ष्म अनुभूतियाँ शामिल होती हैं: मन की दृष्टि से देखना, उन्हें टेलीपैथिक रूप से सुनना, या उनकी उपस्थिति को स्पष्ट रूप से महसूस करना और यह जानना कि वे वहाँ हैं।
एडीसी अक्सर सपनों के दौरान घटित होते हैं, ऐसा इसलिए होता है क्योंकि संदेश प्राप्त करने वाला व्यक्ति गहरी शांति में होता है और मस्तिष्क की सामान्य रूप से व्यस्त गतिविधियाँ धीमी पड़ जाती हैं। स्वप्न में होने वाले एडीसी सामान्य से अधिक जीवंत और वास्तविक प्रतीत होते हैं और लोग आमतौर पर इस प्रबल अनुभूति के साथ जागते हैं कि वास्तव में संपर्क हुआ था। इसके अलावा, उन्हें अक्सर तत्काल आराम और आश्वासन मिलता है कि उनका प्रियजन, जिसने दुनिया बदल ली, वास्तव में जीवित और स्वस्थ है।
इस विषय पर एक टेलीविज़न इंटरव्यू की तैयारी करते समय और प्रोड्यूसर से बात करते हुए मुझे एडीसी (एडवांस्ड डिफेंस ऑफिसर) की समानता याद आई। उन्होंने उत्साह से कहा, "ओह, मेरे साथ भी ऐसे कुछ किस्से हुए हैं!" और कई किस्से सुनाए, जिनमें से एक यह था: "जब मैं छोटी बच्ची थी, एक सुबह मैं अपनी दादी के घर उठी और रसोई में गई। मैंने वहाँ एक सैनिक को खड़ा देखा। वह मुझे असली इंसान जैसा लगा, लेकिन मैं उसे जानती नहीं थी, इसलिए मैंने उससे नाश्ता बनाने या कपड़े पहनने में मदद करने के लिए नहीं कहा।"

उसने आगे बताया, “जब मेरी दादी मेरी मदद करने नीचे आईं, तो मैंने उन्हें रसोई में मौजूद उस आदमी के बारे में बताया और पूछा कि वह कौन है। वह बहुत परेशान हो गईं और इस बारे में आगे कुछ नहीं बोलीं। कई साल बाद मुझे पता चला कि वह आदमी कौन था, जब मुझे उसकी एक पुरानी तस्वीर मिली। वह मेरे दादाजी थे; वह एक सैनिक थे और मेरी दादी तब विधवा हो गई थीं जब मेरी माँ बहुत छोटी थीं।”
जैसा कि आप जानेंगे, विज्ञान और धर्म के सम्मानित मत मृत्यु के बाद भी संवाद की संभावना का समर्थन करते हैं। उदाहरण के लिए, रेवरेंड डॉ. नॉर्मन

विंसेंट पील, जिन्होंने धार्मिक सिद्धांतों के विवेकपूर्ण अनुप्रयोग के लिए विश्वव्यापी सम्मान अर्जित किया।
सिद्धांतों ने कहा, “मैं दृढ़ता से मानता हूँ कि जब आप मरते हैं तो आप तुरंत दूसरे जीवन में प्रवेश करते हैं। जो लोग हमसे पहले जा चुके हैं वे एक प्रकार के जीवन में जीवित हैं और हम दूसरे प्रकार के जीवन में।” (3)
कुछ धार्मिक संप्रदाय मानते हैं कि शरीर की मृत्यु के बाद आत्मा न्याय के दिन तक सोती रहती है। हालांकि, कई अन्य धर्म और संप्रदाय चेतना की निरंतर निरंतरता का वर्णन करते हैं। कई प्रमाण इस बात से मेल खाते हैं।
पीले का यह मत था कि शारीरिक मृत्यु के बाद जीवन निर्बाध रूप से चलता रहता है। इस प्रकार, एडीसी रिपोर्ट कम से कम कुछ सर्वमान्य धार्मिक विचारों के अनुरूप हैं।
मुझे एडीसी के बारे में पहली बार तब पता चला जब मैं अस्पतालों में श्वसन चिकित्सक के रूप में काम कर रही थी। कई बुजुर्ग और पूरी तरह से होश में रहने वाले मरीजों ने संकोच से मुझसे कहा, "मुझे नहीं पता कि मैं आपको यह क्यों बता रही हूँ, लेकिन आपमें कुछ खास बात है। कल रात मेरे दिवंगत पति मुझसे मिलने आए थे। वे बिस्तर के पास खड़े थे, मुस्कुराए और मुझसे कहा कि मैं उनसे फिर मिलूंगी।" ये मरीज अपने अनुभवों को लेकर बहुत उत्साहित थे, लेकिन पागल समझे जाने के डर से दूसरों को बताने में हिचकिचा रहे थे। एडीसी के दौरान आने वाली आत्माओं और भूतों में क्या अंतर है? भूतों को स्वर्ग और पृथ्वी के बीच अधर में माना जाता है, जिसके कई कारण हो सकते हैं: तीव्र व्यसन; प्रतिशोध और क्रोध जैसी प्रबल भावनाएँ; अचानक या हिंसक मृत्यु; और सीमित चेतना के साथ प्रकाश में प्रवेश करने का प्रतिरोध।
इस अधोलोक में फंसा हुआ महसूस करना कुछ धर्मों द्वारा वर्णित नरक के समान है। भूत वास्तव में जब चाहें प्रकाश में प्रवेश कर सकते हैं, लेकिन वे इस संभावना से भयभीत या अनभिज्ञ हो सकते हैं। इन एकांत आत्माओं का आगमन भयावह या दुखद हो सकता है, इसके साथ शारीरिक ठंडक का अनुभव हो सकता है और यह लंबे समय तक जारी रह सकता है।

उनकी ऊर्जा धीमी, उदास और निराशा से भरी हुई प्रतीत होती है।
दूसरी ओर, एडीसी के दौरान आने वाली आत्माएं आमतौर पर कम समय के लिए आती हैं और शांति, प्रेम और आनंद की ऊर्जा बिखेरती हैं। वे कहीं अटकी हुई नहीं

होतीं, बल्कि सफलतापूर्वक दूसरे लोक में प्रवेश कर चुकी होती हैं और केवल कुछ समय के लिए आती हैं। उनकी यात्रा का उद्देश्य सांत्वना और आशा देना होता है। एडीसी प्राप्त करने वाले लोग उन्हें पवित्र मानते हैं और अक्सर इस अनुभव से रूपांतरित हो जाते हैं।

मेरे दिवंगत प्रियजन ने मुझसे संपर्क क्यों नहीं किया?
यह एक बहुत ही आम और समझने योग्य प्रश्न है।
कुछ प्रियजन दूसरे आयाम में जाने के बाद संपर्क क्यों कर लेते हैं जबकि अन्य नहीं? इसके कई संभावित कारण हो सकते हैं, जिनकी मुझे जानकारी है। हो सकता है कि वे अभी भी खुद को दूसरे आयाम में ढाल रहे हों और इसलिए मिलने में असमर्थ हों। अंतर-आयामी मुलाकात के लिए बहुत ऊर्जा और दृढ़ संकल्प की आवश्यकता होती है।
आत्महत्या, हिंसा, अप्रत्याशित कारणों या लंबी गंभीर बीमारी के बाद शारीरिक मृत्यु होने पर आराम और स्वास्थ्य लाभ की आवश्यकता होती है। इसलिए यदि इन तरीकों में से किसी एक या अधिक के कारण दिवंगत हुए किसी प्रियजन का चेहरा तुरंत दिखाई न दे, तो चिंता न करें।
पृथ्वी के समय को आत्मा के समय से अलग तरह से समझा जा सकता है। आप सोच सकते हैं कि कुछ महीने पहले इस दुनिया से चले गए प्रियजन अभी तक मिलने क्यों नहीं आए हैं, जबकि वे अभी भी अपने नए स्थान के अनुकूल हो रहे हैं।
एक और संभावना यह है: आपके प्रियजन से संपर्क न होना आप दोनों के बीच पहले से तय योजना हो सकती है। क्यों? ताकि आप और गहराई से खोजबीन करें और इस प्रकार, यह स्पष्ट रूप से जान सकें और दिखा सकें कि आप एक शाश्वत प्राणी हैं। और यह प्रक्रिया, बदले में, आपके संपर्क में आने वाले हर व्यक्ति को आशीर्वाद देगी।
आप लाइफ बिटवीन लाइव्स थेरेपिस्ट (NewtonInstitute.org) से संभावित सोल प्लान के बारे में अधिक जानकारी प्राप्त कर सकते हैं। मैंने एक बनाया है घर पर उपयोग के लिए प्रसवपूर्व योजना का ऑडियो उत्पाद; SoulProof.com पर शॉप सेक्शन में उपलब्ध है।

कुछ लोगों को किसी प्रियजन की मृत्यु के बाद पहले वर्ष के दौरान परलोक दर्शन का अनुभव होता है, लेकिन फिर इनकी आवृत्ति कम हो जाती है या बंद हो जाती है।

पूरी तरह से। इसके साथ-साथ शुरुआती मुलाकातों की कमी के दो कारण हो सकते हैं:
• आपके प्रियजनों को पता है कि आप ठीक हैं, इसलिए वे अपने नए परिवेश में गतिविधियों पर अधिक ध्यान केंद्रित कर सकते हैं।
• आपकी आत्मा को अधिक स्वतंत्र होने की आवश्यकता है; आपके प्रियजन जो इस दुनिया से चले गए हैं, वे बार-बार आपसे मिलने न आकर इसमें आपकी मदद कर सकते हैं।

अक्सर, अपने उन प्रियजनों को महसूस करने का उपाय जो इस दुनिया से चले गए हैं, बस उनसे पूछना और एक बेहतर ग्रहणशील बनना है। वे अच्छे संचारक होते हैं, लेकिन उनसे जुड़ने के लिए आपको भी उनके समान उच्च-ऊर्जा तरंगदैर्ध्य पर होना चाहिए। यदि आप अत्यधिक दुखी, भयभीत, क्रोधित, अवसादग्रस्त, कड़वे, विश्लेषणात्मक या शारीरिक रूप से असंतुलित हैं, तो आप उन्हें महसूस नहीं कर पाएंगे। अधिक जानकारी के लिए लेख #9 'दिवंगत' प्रियजनों से मुलाकात के बारे में पढ़ें।

∞ ∞ ∞ ∞ ∞

एडीसी की चार उपश्रेणियाँ हैं: परिवर्तनकारी, साझा, साक्ष्य-आधारित और सुगम।

परिवर्तनकारी एडीसी
परिवर्तनकारी एडीसी को दस्तावेजी रूप में दर्ज नहीं किया जा सकता क्योंकि इसमें केवल एक ही व्यक्ति शामिल होता है। हालांकि, ऐसी रिपोर्टें अक्सर संबंधित व्यक्ति के लिए बहुत महत्वपूर्ण होती हैं और सुनने वालों को भी सच्ची लगती हैं।
प्रख्यात मनोचिकित्सक डॉ. कार्ल जंग ने एक व्यक्तिगत स्वप्न का वर्णन किया: “मेरी मृत्यु के छह सप्ताह बाद मेरे पिता मुझे स्वप्न में दिखाई

दिए… यह एक अविस्मरणीय अनुभव था, और इसने मुझे पहली बार मृत्यु के बाद जीवन के बारे में सोचने के लिए मजबूर किया।” (4)
डोरोथी, एक चुस्त और समझदार अस्सी वर्षीय महिला, ने लिखा कि उनका पहला एडीसी कई साल पहले हुआ था: “मेरी दादी का निधन वाशिंगटन, डी.सी. में काम करने जाने से कई साल पहले हो गया था। उनकी मृत्यु से पहले हम बहुत करीब थे। यह 14 जनवरी, 1944 का दिन था और उस शाम, जब मैं
मैं सोने की तैयारी कर रही थी, तभी मेरी अलमारी का दरवाजा थोड़ा सा खुला और मुझे किसी की उपस्थिति का अहसास हुआ। एक धीमी, कोमल आवाज़ ने कहा, 'मुझे तुम पर बहुत गर्व है कि तुमने घर छोड़ा और यहाँ काम कर रही हो। मुझे पता है कि तुम सफल होगी।'

'अच्छा करना।' मुझे वह पल आज भी पूरी तरह याद है। अगले दिन मैंने ओहियो में अपनी माँ को फोन किया; उन्होंने बताया कि दादी के जन्मदिन पर चर्च में उनके लिए वेदी पर फूल रखे गए थे। मैंने उन्हें अपनी मुलाकात के बारे में बताया और वह रो पड़ीं।
फ्लोरिडा के एक बुजुर्ग विधुर ने अपनी पत्नी को शादी की सालगिरह पर एक संगीत बॉक्स उपहार में दिया था, लेकिन वह कई साल पहले खराब हो गया था। उनकी पत्नी के देहांत के कुछ समय बाद, उन्हें ऐसा लगा जैसे उनकी पत्नी ने अपनी उपस्थिति का एहसास कराया हो, जब बॉक्स अपने आप बजने लगा। उन्होंने कभी भी स्प्रिंग को नहीं घुमाया था और
वह आज भी उसी शेल्फ पर पड़ा था जहाँ वह इतने सालों से था। फिर भी, साल भर में समय-समय पर—खासकर जन्मदिन और सालगिरह पर—संगीत की पेटी एकदम सही बजती थी। उसे यकीन था कि उसकी आत्मा किसी दूसरे लोक से उससे संपर्क कर रही है और उसे याद दिला रही है कि वे फिर मिलेंगे।
पिछले कुछ वर्षों में, मैंने संगीत बक्सों से जुड़ी कई एडीसी रिपोर्टें सुनी हैं। शायद अन्य लोकों में रहने वाले भी उन सरल धुनों से उतने ही मंत्रमुग्ध होते हैं जितने हम पृथ्वी पर। मेरी मित्र नैन्सी एबरहार्ड के पास एक संगीत बक्सा था जो कई वर्षों से टूटा हुआ था। अपनी सास के निधन की खबर मिलने से ठीक पहले, बक्सा बजने लगा।

बज रहा था। कुछ दिनों बाद, जब नैन्सी शोक संदेश पढ़ रही थी, तो फिर से घंटी बजी। उसने कहा, "जब भी मुझे यह घटना याद आती है, मेरे रोंगटे खड़े हो जाते हैं।"
एरिज़ोना के एक रेडियो इंटरव्यू के दौरान, होस्ट ने मुझे एक हाई-टेक एडीसी की कहानी सुनाई। एक पति-पत्नी के पेजर पर एक गुप्त कोड था जिसे कोई और नहीं जानता था। जब उनमें से किसी एक को घर पर कॉल करना होता था, तो दूसरा 777-7777 डायल करता था। पत्नी का निधन हो गया और उसके अंतिम संस्कार के तुरंत बाद, पति कब्रिस्तान गया। जैसे ही वह उसके पास पहुँचा,
कब्रगाह पर, उसके पेजर पर बीप बजी। डिस्प्ले पर 777-7777 देखकर वह अचंभित और आभारी था।
पालतू जानवर भी मृत्यु के बाद आ सकते हैं, जैसा कि निम्नलिखित परिवर्तनकारी एडीसी कहानी से स्पष्ट होता है, जिसने समय के साथ कई लोगों को आशीर्वाद दिया। हाइडी के पास लकी नाम की एक बिल्ली थी, जिसकी इक्कीस साल की उम्र में मृत्यु हो गई। उसने कहा:
मैं धार्मिक नहीं थी और मृत्यु के बाद जीवन में कभी विश्वास नहीं करती थी, लेकिन 1990 में हुई एक घटना ने मेरे विश्वास बदल दिए। मैं रात को बिस्तर पर लेटी ही थी कि मुझे लगा जैसे कोई मुझे बुला रहा हो। मैं उठ बैठी और सोचने लगी, "मैं नहीं जा सकती। अगर बिल (मेरे पति) जाग गए, तो उन्हें हैरानी होगी कि मैं कहाँ हूँ।" लेकिन इससे कोई फर्क नहीं पड़ा क्योंकि देखते ही देखते मैं हॉल में चली गई।

मैंने जानबूझकर जाने का फैसला किया और मुझे वास्तव में याद नहीं है कि मैं कब उठा और चलने लगा।
मैंने अपने बेटे के कमरे से एक बहुत तेज़ रोशनी आते हुए देखी। मैंने अंदर झाँका तो देखा कि मेरी बिल्ली लकी, जिसकी लगभग चार महीने पहले मृत्यु हो गई थी, अपनी पीठ के बल लुढ़क रही थी।
बिल्लियाँ जब खुश होती हैं तो ऐसे ही करती हैं। वह जवान लग रही थी और अब उसे गठिया की समस्या नहीं थी। कमरे में इतनी रोशनी देखकर मैं हैरान रह गया। मैंने खिड़की की तरफ देखा और सोचा, "सूरज नहीं निकला है और कमरे में इतनी रोशनी नहीं है।"

मुझे पता था कि कोई मेरे पीछे है। ऐसा लग रहा था कि वह व्यक्ति सफेद वस्त्र पहने हुए है और मुझे लगा कि वह यीशु हैं।
मुझे याद है कि मैं कितना सुकून और शांति महसूस कर रही थी—मैंने पहले कभी ऐसा महसूस नहीं किया था। मैंने अपने पैरों की तरफ देखा, लेकिन ऐसा लगा जैसे वे वहां थे ही नहीं। मैंने अपनी बिल्ली को छूने के लिए दोनों हाथों से उसकी तरफ हाथ बढ़ाया, लेकिन एक आदमी की आवाज़ आई, "नहीं, उसे मत छुओ।" मैंने तुरंत अपने हाथ वापस अपनी छाती पर खींच लिए और महसूस किया, "हाँ, मैं उसका सुकून खराब नहीं करना चाहती।" थोड़ी देर बाद, वह धीरे-धीरे गायब होने लगी। मुझे उसके जाने का दुख हुआ, और फिर सब खत्म हो गया।
मैंने इस बारे में किसी को नहीं बताया, जब तक कि एक महीने बाद मैं और मेरे पति मृत्यु के निकट के अनुभवों पर आधारित एक टीवी कार्यक्रम नहीं देख रहे थे। मैंने बिल को बताया क्योंकि मेरा अनुभव उससे बहुत मिलता-जुलता था और उसे लगा कि यह ईश्वर की ओर से था। मैंने आखिरकार अपने पिता को भी बताया। पिताजी ने मुझसे कहा कि वे अपने निधन से एक सप्ताह पहले तक चार बार यह कहानी दोबारा सुनाएँ, जबकि वे बीमार नहीं थे और उनकी मृत्यु बिल्कुल अप्रत्याशित थी।
हमारे बेटे माइक की 13 जनवरी, 2001 को एक कार दुर्घटना में मृत्यु हो गई। उस समय का दर्द शब्दों में बयान करना मेरे लिए असंभव है, लेकिन ग्यारह साल पहले के मेरे अनुभव ने इस कठिन समय में हमारी बहुत मदद की है। हम जानते हैं कि माइक अभी भी हमारे साथ है क्योंकि उसने कई बार हमसे संपर्क किया है। हमें माइक की शारीरिक उपस्थिति की बहुत कमी खलती है, लेकिन इस बात से हमें सुकून मिलता है कि वह किसी और जगह पर सुरक्षित और स्वस्थ है।

साझा एडीसी
साझा एडीसी एक ऐसा शब्द है जो मृत्यु के बाद होने वाले उन संचारों को संदर्भित करता है जिनका अनुभव एक ही समय में एक से अधिक व्यक्ति करते हैं। दो या दो से अधिक लोगों द्वारा एक साथ अनुभव किए जाने से यह अधिक दृढ़ता से संकेत मिलता है कि वास्तव में संपर्क स्थापित हुआ है।
मेरी बेटियों की पियानो शिक्षिका नैन्सी ने निम्नलिखित साझा एडीसी साझा किया:

मेरी माँ के निधन के बाद, मुझे और मेरे दो भाई-बहनों को परिवार की कई पुरानी संपत्तियाँ विरासत में मिलीं। मेरे पति, बेटियाँ और मैं कंप्यूटर के सामने बैठे थे, तभी लुइसियाना में रहने वाली मेरी बहन ने हमें संपत्ति का मूल्यांकन ईमेल किया, जो कर कारणों से कम था। शहर में माँ का छोटा सा घर, दो खेत और उनकी पुश्तैनी प्राचीन वस्तुएँ उनके लिए बहुत मायने रखती थीं और हमें उम्मीद थी कि कम मूल्यांकन से उन्हें बुरा नहीं लगेगा।
अचानक, कंप्यूटर के बगल में रखा फोन बजने लगा।
हम सब दंग रह गए क्योंकि घर के कई फोनों में से सिर्फ वही बज रहा था और वो बिल्कुल भी प्लग में नहीं लगा था! मैंने घंटी बंद करने के लिए रिसीवर उठाया और कांपती हुई आवाज़ में कहा, "माँ?" लेकिन कोई जवाब नहीं आया। शायद माँ को अपनी दौलत के बारे में मेरी इस तुच्छ समझ से नाराज़गी हुई।
शेरोन, एक मरीज जिसकी बात पर मुझे पूरा भरोसा है, ने यह साझा एडीसी प्रदान किया:
जब मैं छोटी थी, तब हमारे घर के पास पहाड़ी पर एक आदमी रहता था। उसे अपने बगीचे में काम करना बहुत पसंद था और वह हमेशा कुछ न कुछ बोता या घास काटता रहता था। एक दिन वह बीमार पड़ गया और उसे अस्पताल जाना पड़ा। अगले दिन, मैं और मेरी माँ बाहर थे और हमने उसे अपने शेड से कुछ औजार निकालते देखा। माँ ने कहा कि हमारा पड़ोसी ज़रूर ठीक हो गया होगा क्योंकि वह अस्पताल से घर आ गया था और बगीचे में कुछ काम करने की तैयारी कर रहा था। लेकिन उसी दिन बाद में हमें अखबार मिला और पता चला कि उसकी एक दिन पहले अस्पताल में मृत्यु हो गई थी।
मृत्युशय्या पर दिखाई देने वाले दर्शन (डीबीएल) एक प्रकार का साझा एडीसी है क्योंकि आत्माओं के दर्शन स्वास्थ्य देखभाल पेशेवरों, दोस्तों और रिश्तेदारों के साथ-साथ उस व्यक्ति द्वारा भी देखे गए हैं जो शारीरिक मृत्यु के करीब है।

वर्जीनिया विश्वविद्यालय के चिकित्सा विद्यालय में अवधारणात्मक अध्ययन प्रभाग की वेबसाइट पर वर्णित अनुसार:
मृत्युशय्या पर होने वाले दर्शन वे दृश्य या अन्य अनुभव होते हैं जो किसी मरणासन्न व्यक्ति को उसकी मृत्यु से कुछ मिनट, घंटे या दिन पहले हो सकते हैं। परिवार के सदस्य या अस्पताल के कर्मचारी
ऐसा बताया जा सकता है कि कोई मरणासन्न व्यक्ति, जो पहले कमजोर या कोमा में था, अचानक होश में आ गया, उठ बैठा, कमरे के एक कोने को घूरने लगा और अपने किसी प्रियजन का नाम पुकारने लगा। दुर्लभ मामलों में, किसी राहगीर को भी ऐसा दृश्य दिखाई दिया है, या तो अकेले या मरणासन्न व्यक्ति के साथ। (5)
इस विषय का अधिक विस्तृत वर्णन "ग्रेटर रियलिटी लिविंग: इंटीग्रेटिंग द एविडेंस फॉर इटरनल कॉन्शियसनेस इनटू योर डेली लाइफ" नामक पुस्तक में किया गया है, जिसे मैंने गैरी श्वार्ट्ज, पीएच.डी. के साथ मिलकर लिखा है।

साक्ष्य एडीसी
एडीसी की अगली श्रेणी को साक्ष्य-आधारित कहा जाता है। इनमें ऐसे अनुभव शामिल होते हैं जिनमें व्यक्ति को कुछ ऐसा पता चलता है जो उसे पहले पता नहीं था और वास्तव में, उसे जानने का कोई तरीका भी नहीं था। साक्ष्य-आधारित एडीसी द्वारा प्रकट की गई जानकारी इस बात का पुख्ता प्रमाण देती है कि ये अनुभव भ्रम नहीं हैं। आत्माएं जो दर्शन देती हैं, वे उन खोई हुई वस्तुओं के बारे में बता सकती हैं जो बाद में खोजी जाती हैं। इससे भी अधिक प्रभावशाली बात यह है कि वे ऐसी जानकारी दे सकती हैं जो किसी को ज्ञात नहीं थी लेकिन बाद में सत्यापित हो जाती है।
इस प्रकार का एक उदाहरण बिल और जूडी गुगेनहाइम ने अपनी पुस्तक 'हेलो फ्रॉम हेवन' में दिया है। जैसा कि अलबामा की 65 वर्षीय गृहिणी किट्टी ने वर्णन किया है:
लीलैंड हमारा दोस्त था और हमने उससे अपना घर खरीदा था। वह डाक कर्मचारी था और एक सुबह अपनी डाक गाड़ी में दुर्घटना में मारा गया।

अगली सुबह वह मेरे बेडरूम में आ गया! वहाँ खड़े-खड़े उसने मुझसे कहा कि मैं उसकी पत्नी फ्रांसिस को बताऊँ कि उसके पास एक बीमा पॉलिसी है जिसके बारे में उसे पता नहीं है। उसने कहा, “यह हमारे बेडरूम में, अलमारी के सबसे ऊपर वाले दराज में कागज़ों के नीचे है। फ्रांसिस को बता दो कि यह कहाँ है।” और फिर वह गायब हो गया।
मेरे पति क्लिफ कमरे में आए और मैंने उन्हें सब कुछ बताया। उन्होंने कहा, "चलो, फ्रांसिस को फोन करके बता देते हैं।" मैंने कहा, "वो सोचेगी कि मैं पागल हो गई हूँ!"

तो मेरे पति नीचे गए और लीलैंड के भाई रीड को बताया कि वह संदूक के सबसे ऊपरी दराज में कागज़ों के नीचे देखे—शायद उसे वहाँ कोई बीमा पॉलिसी मिल जाए। लेकिन क्लिफ ने मुझे यह नहीं बताया कि मेरे साथ क्या हुआ था। उन्होंने देखा और वाकई में एक बीमा पॉलिसी थी, बिल्कुल वैसी ही जैसी लीलैंड ने मुझे बताई थी! रीड ने फोन करके मेरे पति को धन्यवाद दिया, लेकिन हमने उन्हें यह नहीं बताया कि हमें कैसे पता चला। वे समझ ही नहीं पाते। (6) लव, मेडिसिन, एंड मिरेकल्स नामक पुस्तक में, डॉ. बर्नी सीगल, बिल नामक एक चिकित्सक से संबंधित एक साक्ष्यपूर्ण मामले को साझा करते हैं, जो ग्रासनली के कैंसर से पीड़ित है।
बिल एक असाधारण कैंसर रोगी (ईसीएपी) समूह में शामिल हो गया था, लेकिन वह शांत और अलग-थलग रहता था। सीगल ने कहा:
बिल की कैंसर से मृत्यु के तीन महीने बाद, एक युवा कॉलेज छात्रा मुझसे मिलने मेरे कार्यालय आई। उसने बताया कि पिछली रात वह एक उपचार सभा में शामिल हुई थी, और चूंकि उन्हें पता था कि वह अगले दिन मुझसे मिलने वाली है, इसलिए सभा का संचालन कर रही माध्यम ने उससे पूछा कि क्या मेरे लिए कोई संदेश है। उसने मुझे एक कार्ड दिया: “बिल की ओर से बर्नी के लिए प्यार और शांति। अगर मुझे पता होता कि यह इतना आसान है, तो मैं यह पैकेज बहुत पहले ही खरीद लेती और इतना विरोध नहीं करती।”
जब मैंने उनकी पत्नी को फोन किया, तो उन्होंने कहा, “बैठकों के बाद वह हमेशा मुझसे यही कहते थे। वह आते तो थे, लेकिन उन्होंने कहा कि...”
पैकेज नहीं खरीद सका।”… उपचार मंडली के लोग बिल के बारे में कुछ नहीं जानते थे, फिर भी वही वाक्यांश था जो वह और उसकी पत्नी इस्तेमाल करते थे।

“प्रेम और शांति” वह समापन है जो मैं अपने सभी पत्रों में इस्तेमाल करता हूँ। यह संदेश और किसका हो सकता है? मैं इस विश्वास को मानने और दूसरों के साथ साझा करने से कैसे बच सकता हूँ? (7)
मेरी प्रिय मित्र डॉटी एसलिन ने अपने पति जो के साथ मिलकर सैंड, सी एंड स्पिरिट नामक समग्र स्वास्थ्य रिट्रीट की सह-स्थापना की। मैं उन्हें 20 वर्षों से अधिक समय से जानती हूँ; वे किसी देवदूत या संत के समान हैं। 92 वर्ष की आयु में भी वे अपनी आभा पठन सेवाओं से दूसरों की सेवा करती हैं। आध्यात्मिकता और जीवन में पूर्णतः संलग्न होने के विषय पर कक्षाएं आयोजित करते थे। इंजीनियर के पद से सेवानिवृत्त होने के बाद कई लोगों की मदद करने के बाद, जो का 2013 के अंत में निधन हो गया।
2014 में, मैं डॉटी से बात कर रही थी और मैंने पूछा, "क्या आपने हाल ही में जो से बात की है?" उसने बिना झिझक के जवाब दिया, "हाँ, बिल्कुल, हर समय। लेकिन ये रहा उसका एक सबसे अच्छा संपर्क..." डॉटी ने मुझे यह कहानी दूसरों के साथ साझा करने की अनुमति दी।

(वैसे, हमारी भाषा पर ध्यान दें: जो की शारीरिक मृत्यु छह महीने पहले हो गई थी, फिर भी मैंने उससे पूछा कि क्या वह उससे मिलने आता था। यह सचेत भाषा का एक उदाहरण है जब आप जानते हैं कि मृत्यु अंत नहीं है।)
अपनी मृत्यु से कुछ समय पहले, जो ने टर्बोटैक्स® सॉफ्टवेयर का उपयोग करके 2013 के लिए उनके टैक्स का हिसाब पूरा किया। उन्होंने डॉटी से कहा, "अगर अप्रैल में टैक्स जमा करने की तारीख पर मैं मौजूद न रहूँ, तो बस कोड डाल देना और सब कुछ अकाउंटेंट के लिए प्रिंट हो जाएगा।"
मार्च में, जो के निधन के तीन महीने बाद, उन्होंने बहुत ढूंढा, लेकिन उन्हें कोड नहीं मिला। उस समय वह अपने चिकित्सक की बेटी सू के साथ रह रही थीं और उन्होंने सभी कागजात फिर से इकट्ठा करके प्रक्रिया दोहराने की योजना बनाई।
उस रात, डॉटी यह प्रार्थना करते हुए सो गई कि उसे फिर से शुरुआत न करनी पड़े। अगली सुबह, उसके फोन पर जो एसलिन का एक संदेश आया, जिसमें लिखा था: "टर्बोटैक्स कोड यह है..." और साथ में आवश्यक जानकारी भी थी। डॉटी ने वह

संदेश सू को दिखाया और उन्होंने तुरंत कोड को अपने कंप्यूटर में दर्ज किया। जो द्वारा पूरा किया गया टैक्स का काम खुल गया।
सफलतापूर्वक। कुछ ही देर बाद, डॉटी ने अपना फोन चेक किया और उसमें ऐसे किसी संदेश का कोई रिकॉर्ड नहीं था।
यह सबसे उल्लेखनीय एडीसी में से एक है जिसे मैंने सुना है और इसमें साझा और प्रमाणिक दोनों घटक हैं। यह विशेष रूप से समझ में आता है कि जो जैसे आध्यात्मिक रूप से जानकार और इंजीनियरिंग में प्रशिक्षित व्यक्ति के लिए इलेक्ट्रॉनिक उपकरण का इतना प्रभावशाली हेरफेर करना संभव है।
डॉ. एलिज़ाबेथ कुबलर-रॉस का सामना एक ऐसे मरीज़ से हुआ जिसकी मृत्यु कई महीने पहले हो चुकी थी। एक दिन वे अपने कार्यालय की ओर गलियारे में चल रही थीं और उन्होंने देखा कि एक महिला गलियारे में खड़ी है। दोनों के बीच बातचीत शुरू हुई और डॉ. कुबलर-रॉस उस महिला को अपने कार्यालय में ले गईं। कुछ देर बाद, महिला ने बड़े आश्चर्य से कहा, 'मैं आपको जानती हूँ!' और उन्होंने उस महिला को 'श्रीमती श्वार्ट्ज़' के रूप में पहचान लिया, जो उनकी एक मरीज़ थीं जिनकी मृत्यु कई महीने पहले हो चुकी थी।
श्रीमती श्वार्ट्ज ने उनकी पहचान स्वीकार की और दोनों ने कुछ देर तक बातचीत की। मुलाकात का पुख्ता सबूत हासिल करने के प्रयास में, डॉ. कुबलर-रॉस ने महिला से अपने पादरी को एक नोट लिखने को कहा। बाद में, लिखावट का विश्लेषण उनकी मृत्यु से पहले लिखे गए नमूनों से मेल खाता था। (8)

(डॉ. कुबलर-रॉस ने संभवतः शुरू में उस महिला को नहीं पहचाना होगा क्योंकि अदृश्य लोकों में रहने वाले लोग आमतौर पर पारगमन से पहले की तुलना में कम उम्र के दिखाई देते हैं। भौतिक रूप धारण करते समय, जो आत्माएं वृद्ध अवस्था में थीं, वे अक्सर लगभग तीस वर्ष की आयु की दिखाई देती हैं।)

सुगम एडीसी
मैं इस शब्द का प्रयोग सार्थक एडीसी होने की संभावना को बढ़ाने के विभिन्न तरीकों का वर्णन करने के लिए करता हूँ। मैं जिन तीन तरीकों पर चर्चा करूँगा उनमें शामिल हैं: साइकोमैंटियम और मृत्यु के बाद प्रेरित एडीसी। संचार, और मृत्यु के बाद सुगम संचार तकनीक।

कुछ लोग आत्माओं से मेलजोल न रखने के बाइबल के निर्देशों को लेकर चिंतित हैं। हमेशा की तरह, ऐसे अंशों को उनके पूरे संदर्भ और समकालीन प्रासंगिकता के साथ समझना उपयोगी होता है। "भूत-प्रेतों का सहारा न लो, और न ही उनसे मिलने जाकर अपने आप को अपवित्र करो" जैसी चेतावनियाँ मुख्य रूप से लैव्यव्यवस्था अध्याय 19 और 20 में मिलती हैं। ये "तू ऐसा न करना" वाले अध्याय दो प्रकार के बीजों से खेत बोने, दो प्रकार के धागों से बने वस्त्र पहनने और बाल-दाढ़ी को एक विशेष तरीके से काटने के खिलाफ भी चेतावनी देते हैं। क्या परलोक जाने वालों से मिलने के आलोचक इन अन्य प्राचीन निर्देशों को भी गंभीरता से लेते हैं?
यदि आप नकारात्मक शक्तियों से सुरक्षा को लेकर चिंतित हैं, तो आप पहले से प्रार्थना करके स्वयं को सुरक्षित कर सकते हैं। बस प्रार्थना करें, पुष्टि करें या कल्पना करें कि आप केवल अच्छाई, प्रेम और प्रकाश से ही संपर्क करेंगे।
अपने आप को सुनहरे सफेद प्रकाश के एक आवरण में देखें और जान लें कि आप किसी भी द्वेषपूर्ण या मनमौजी शक्तियों से सुरक्षित हैं।
मुझे डॉ. रेमंड मूडी द्वारा मनोविकृति सत्र आयोजित करने का प्रशिक्षण दिया गया था। जैसा कि उनकी पुस्तक 'रीयूनियंस' में वर्णित है, कई शोकग्रस्त व्यक्तियों ने उनसे कहा था, 'काश मैं अपने उन प्रियजनों से फिर से बात कर पाता जो इस दुनिया से चले गए हैं—भले ही सिर्फ पांच मिनट के लिए ही सही।' इसी बात ने उन्हें दिवंगत लोगों से संपर्क स्थापित करने के व्यावहारिक तरीकों पर शोध करने के लिए प्रेरित किया।
साइकोमैंटियम में पूरी तरह से शांत और लगभग अंधेरे कमरे में दर्पण को निहारना शामिल है। संवेदी अभाव और दर्पण की स्पष्ट प्रकाशीय गहराई उन प्रियजनों को पहचानने और उनसे संवाद करने के लिए एक आदर्श वातावरण प्रदान करती है जो इस दुनिया से चले गए हैं।

दर्पण में देखने की प्रथा हजारों वर्षों से हर महाद्वीप पर प्रचलित है। सौ साल पहले, भूतिया आकृतियों के दर्शन की जांच कर रहे वैज्ञानिकों ने पाया कि वे अक्सर दर्पणों या अन्य परावर्तक सतहों में दिखाई देती थीं। यह तकनीक

सुरक्षित, समय-परीक्षित है, और इस बात का कोई सबूत नहीं है कि किसी को भी कभी किसी भूतिया आकृति से नुकसान पहुंचा हो। (9)
विश्वभर में चिकित्सकों द्वारा संचालित दर्पण अवलोकन सत्रों के दौरान कई प्रामाणिक मामले सामने आए हैं। ये प्रमाणित मामले इस बात के प्रमाण को और अधिक पुष्ट करते हैं कि जीवन में जो दिखता है उससे कहीं अधिक कुछ है। एक बार, एक बड़े बूथ में कई प्रतिभागियों ने एक ही आकृति देखी, जिसकी पुष्टि बाद में उनके अनुभवों की तुलना करने पर हुई।
हमारे रेडियो साक्षात्कार के दौरान, डॉ. मूडी ने एक अन्य सत्यापन मामले पर चर्चा की: “फ्रांस में मेरा एक अच्छा दोस्त है जो एक प्रसिद्ध मनोवैज्ञानिक और पत्रकार है। उसने एक दोस्त के लिए (बूथ) स्थापित किया था जिसने किसी प्रियजन को खो दिया था और उसे इससे बहुत कठिनाई हो रही थी। उसने उसे एक घंटे के लिए बूथ में छोड़ दिया। जब वह उसे लेने अंदर गया, तो उसने उसे हाथ हिलाकर मना कर दिया और कहा, 'नहीं, अभी अंदर मत आओ, कुछ हो रहा है।' जब उसने ऊपर देखा, तो उसने भी उस प्रेत को देखा और उसे उससे बात करते हुए सुना। तो, हाँ, कभी-कभी, सुविधाकर्ता भी प्रेत को देख लेता है।” (10)
अगले साइकोमैंटियम सत्र में, क्रिस और मैरी नामक दो अन्य प्रतिभागी भी मेरे साथ बूथ में शामिल हो गए। नैदानिक निष्पक्षता के लिए,
हमने जानबूझकर इस बारे में कोई जानकारी साझा नहीं की कि हम किससे संपर्क करना चाहते थे। सत्र शुरू होने के बीस मिनट बाद, मुझे अपनी दृष्टि के किनारे पर एक धुंधली सी महिला आकृति बनती हुई दिखाई दी। यह किसी ऐसी महिला की तरह लग रही थी जो स्टार ट्रेक में बीम-अप होने की आधी प्रक्रिया में हो। पहले एक रूपरेखा बनाई और फिर अंदर का हिस्सा आंशिक रूप से भरा ताकि मुझे लंबे भूरे बालों वाली एक महिला की आकृति दिखाई दे सके।
मैंने उसे सीधे देखा ताकि और स्पष्ट रूप से देख सकूँ, और छवि गायब हो गई। फिर मुझे याद आया कि आत्माओं को कभी-कभी परिधीय दृष्टि से देखना सबसे अच्छा होता है। यानी, बहुत ध्यान से देखने से देखने में बाधा आ सकती है, शायद इससे मस्तिष्क के बाएं विश्लेषणात्मक भाग में हलचल मच जाती है।
मैं शांत हो गई और फिर से दर्पण की ओर देखने लगी। थोड़ी देर में छवि फिर से उभरने लगी और मैंने मन ही मन सोचा कि उसे किस नाम से पुकारा जाता था। तुरंत ही मेरे मन में मैरी और मार्गरेट नाम उभर आए। मेरा अक्सर ज़रूरत से

ज़्यादा विश्लेषण करने वाला दिमाग शिकायत करने लगा कि कहीं मैं ये सब कल्पना ही तो नहीं कर रही हूँ।

इसके बाद मैंने मन ही मन उससे पूछा कि वह किससे मिलने आई है और मुझे लगा कि वह क्रिस से मिलने आई है। "अच्छा," मेरे शंकालु मन ने कहा, "इसकी संभावना 50-50 है (क्योंकि मैं उस व्यक्ति को नहीं जानता था)। तुम्हें कैसे पता कि तुम यह सब मनगढ़ंत कहानी नहीं बना रही हो?" तभी मुझे अपने बाएं कंधे पर एक हल्की और ज़ोरदार थपकी महसूस हुई, मानो वह कह रही हो: "अरे हाँ, क्या तुम यह सब मनगढ़ंत कहानी बना रही हो?"
मैंने कमरे को अच्छी तरह से तैयार कर लिया था और मुझे पता था कि वहाँ कोई और नहीं है। बगल से देखने पर मुझे क्रिस और मैरी पाँच फीट की दूरी पर दिखाई दे रहे थे, इसलिए मुझे पता था कि उन्होंने यह नहीं किया। कुछ मिनट बाद, मुझे उसी जगह पर एक और ज़ोरदार थपकी महसूस हुई और मेरी बाईं जांघ के किनारे पर तेज़ी से रगड़ा गया।
सेशन के बाद, हमने अपने अनुभव साझा किए। जब मैंने मुझे मिले नामों और उनके लिए मिले नामों का ज़िक्र किया, तो क्रिस ने अपना मुँह ढक लिया और हैरानी से कहा: "मार्गरेट मेरी माँ हैं और मैरी मेरी दादी हैं!" उस धुंधली आकृति को देखना, तीन बार स्पर्श किया जाना और ऐसी पुख्ता जानकारी मिलना जो मुझे पता नहीं थी, मेरे और बाकी लोगों के लिए एक सशक्त प्रमाण साबित हुआ। मृत्यु के बाद प्रेरित संचार (आईएडीसी) उन लोगों से सफलतापूर्वक संपर्क स्थापित करने की संभावना बढ़ाने का एक और तरीका है जो इस दुनिया से विदा हो चुके हैं। एलन बॉटकिन, पीएचडी और क्रेग होगन, पीएचडी द्वारा लिखित पुस्तक "इंड्यूस्ड आफ्टर-डेथ कम्युनिकेशन" में वर्णित तकनीकों के अनुसार, इसमें नेत्र गति, असंवेदीकरण और पुनर्संसाधन (ईएमडीआर) का उपयोग किया जाता है। यह पद्धति सैकड़ों आईएडीसी-प्रशिक्षित मनोचिकित्सकों द्वारा इलाज किए गए लगभग सभी रोगियों के लिए बेहद सफल रही है। ईडीएमआर धार्मिक और नास्तिक, दोनों ही स्थितियों में समान रूप से कारगर है, चाहे व्यक्ति हाल के शोक से ग्रस्त हो या पुराने। अधिक जानकारी के लिए, Induced-ADC.com पर जाएं। मृत्यु के बाद संचार की सुगम तकनीक एक ऐसी विधि है जिसे मैंने विकसित किया है और इसमें गहन सम्मोहन और दृश्य कल्पना का उपयोग किया जाता है। इससे अक्सर लोग उन प्रियजनों की उपस्थिति को गहराई से महसूस कर पाते हैं जो इस

दुनिया से विदा हो चुके हैं। कई लोगों ने सार्थक अनुभवों की सूचना दी है, जैसे कि किसी प्रियजन द्वारा उनके बालों को सहलाना, उनका हाथ पकड़ना और महत्वपूर्ण संदेश देना। दिवंगत बच्चों के माता-पिता ने अपने नन्हे-मुन्ने को अपनी गोद में बैठे हुए देखा है।
(संक्षेप में, शोक संतप्त माता-पिता की तुलना में 'चमकदार माता-पिता' अधिक सटीक शब्द है। शोक संतप्त माता-पिता दुख, दर्द और हानि पर ध्यान केंद्रित करते हैं; जबकि पूर्व यह स्वीकार करता है कि जो बच्चे दुनिया को बदलते हैं वे...)

अब सचमुच चमकती रोशनी। वह प्रकाश, प्रेम, ऊर्जा और आत्मा शाश्वत है और अनंत काल तक विभिन्न रूपों में प्रकट हो सकती है। यह अधिक आशावादी दृष्टिकोण कई नैदानिक और वैज्ञानिक प्रमाणों पर आधारित है। मुझे सचेत भाषा में एक महत्वपूर्ण प्रगति के रूप में 'चमकती रोशनी माता-पिता' शब्द को प्रस्तुत करने में योगदान देने का सम्मान प्राप्त है।
सबसे उल्लेखनीय रिपोर्टों में से एक एलेन की थी, जिनके बेटे का अठारह महीने पहले देहांत हो गया था। वह काफी हद तक ठीक हो चुकी थीं, लेकिन स्वाभाविक रूप से अभी भी बहुत दुख और पीड़ा से गुजर रही थीं। सेशन के दौरान उनका चेहरा बेहद शांत था और उनके होंठ हल्के से खुले हुए थे।
हालांकि, बीच में ही, उनके होंठ का एक हिस्सा ऊपर उठ गया, फिर दूसरा, और फिर दोनों। (अगर आप इसे शीशे के सामने करके देखें, तो आपको पता चलेगा कि चेहरे को पूरी तरह से आराम की स्थिति में रखते हुए ऐसा करना असंभव है।)
मैंने कई लोगों को यह तकनीक सिखाई थी, लेकिन ऐसा पहले कभी नहीं देखा था। सेशन के बाद, जब प्रतिभागियों को अपने अनुभव साझा करने का मौका मिला, तो ऐलेन ने बताया कि उनका बेटा तुरंत अंदर आया और उनकी बातचीत बहुत अच्छी रही। उन्होंने बताया कि सेशन के लगभग आधे समय में, उनके बेटे ने उनके चेहरे की मांसपेशियों को हिलाना शुरू कर दिया ताकि उन्हें फिर से मुस्कुराना याद आ सके।
वर्तमान में, एफएडीसी तकनीक उन प्रियजनों से मिलने के सर्वोत्तम तरीकों में से एक है जो गुजर चुके हैं, लेकिन निश्चित रूप से अभी तक मरे नहीं हैं।

निम्नलिखित तरीकों से पहले से तैयारी करने पर इसकी प्रभावशीलता बढ़ जाती है। (SoulProof.com पर लेख और ऑडियो उत्पाद उपलब्ध हैं)

1. लेख #1 पढ़ें: वैज्ञानिक प्रमाण जो दर्शाता है कि जीवन कभी समाप्त नहीं होता। इससे आपको यह बेहतर ढंग से समझने में मदद मिलेगी कि मृत्यु अंत नहीं है, बल्कि अनंत काल के एक नए चरण में संक्रमण मात्र है।
2. लेख #12 पढ़ें: समग्र रूप से स्वयं को बेहतर बनाना। अधिक जानकारी के लिए, रेडिएंट वेलनेस पढ़ें।
3. दबी हुई पीड़ा, उदासी, क्रोध, भय और अन्य नकारात्मक भावनाओं को दूर करने के लिए समग्र श्वास तकनीक का उपयोग करें। इससे आपको जीवन के व्यापक परिप्रेक्ष्य को बेहतर ढंग से समझने में मदद मिल सकती है।
4. शारीरिक मृत्यु के बाद के जीवन के बारे में सबसे अधिक पूछे जाने वाले प्रश्नों के व्यावहारिक उत्तर जानने के लिए निःशुल्क रेडियो शो सुनें।
5. लेख #9 "अपने दिवंगत प्रियजनों से अभी मिलें" पढ़ें और कार्रवाई के कदम उठाएं।

6. मेरे द्वारा आयोजित मृत्यु के बाद संपर्क सत्र का उपयोग करके अपने उन प्रियजनों से मिलें जो गुजर चुके हैं लेकिन वास्तव में मरे नहीं हैं।
इन उपायों से कई लोगों को यह एहसास हुआ है कि उनके प्रियजन जीवित हैं, स्वस्थ हैं, उनके करीब हैं और वे फिर मिलेंगे। इससे सारा दुख तो दूर नहीं होता, लेकिन यह उसे कम करने में मदद करता है और यह याद दिलाता है कि जीवन और प्रेम शाश्वत हैं।

निष्कर्ष और कार्रवाई के चरण
हर कोई यह आश्वासन चाहता है कि शारीरिक मृत्यु के बाद वे अपने प्रियजनों से फिर मिलेंगे। पॉल मैककार्टनी, जिनकी पत्नी लिंडा का 1998 में निधन हो गया था, ने कहा कि उन्हें इस विचार से सुकून मिलता है कि उनकी आत्मा जीवित है: "लिंडा की मृत्यु के बाद, मुझे लगता है कि हम सभी परिवार में आवाजें सुनते या चीजें देखते और सोचते 'यह लिंडा है; यह माँ है...' और मुझे लगता है

कुछ मायनों में, यह सोचना बहुत सुकून देता है कि वह अभी भी यहाँ है... आपको नहीं पता कि यह सच है या नहीं। लेकिन यह एक बहुत अच्छा विचार है। और यह एक उत्साहवर्धक विचार है। इसलिए मैं खुद को वहाँ जाने की अनुमति देता हूँ। (11)
मृत्यु के बाद होने वाले संवाद—चाहे वे साझा हों, प्रमाणिक हों, परिवर्तनकारी हों या सुगम बनाए गए हों—पश्चात् के बाद चेतना की निरंतरता के लिए उल्लेखनीय प्रमाण प्रस्तुत करते हैं। ये संकेत कि शारीरिक मृत्यु मात्र बदलती दुनियाओं का द्वार है, अत्यंत सुकून और उपचार प्रदान करते हैं।
एडीसी और बार-बार सत्यापन के पहलू इस बात के प्रमाण को और मजबूत करते हैं कि शारीरिक मृत्यु जीवन का अंत नहीं है।
विश्वास और ज्ञान के साथ-साथ कर्म करने से इष्टतम विकास में सहायता मिलती है। मैं प्रत्येक श्रेणी के साक्ष्य के लिए अनुवर्ती अभ्यास पूरा करने की अनुशंसा करता हूँ। इस अध्याय के लिए सुझाए गए कार्य चरण इस प्रकार हैं:
∞ याद करें कि क्या आपने कोई विचित्र घटना अनुभव की है—भले ही वह सूक्ष्म और क्षणिक ही क्यों न हो—जो आपके प्रियजनों द्वारा, जो दूसरी दुनिया में चले गए हों, आपसे संपर्क करने का प्रयास हो सकती है।
∞ अपने परिवार के सदस्यों और दोस्तों से पूछें कि क्या उन्हें—या उनके किसी परिचित को—एडीसी का अनुभव हुआ है।
∞ उन लोगों से संपर्क करने की सुरक्षा और उपयुक्तता के बारे में अपनी भावनाओं पर विचार करें जिन्होंने अपने शव छोड़े हैं।

अपने प्रियजनों से मिलने वाले संकेतों की संभावना के प्रति खुले रहें।
उनसे चुपचाप या खुलकर बात करें, और फिर अपने मन या हृदय में दर्ज होने वाली किसी शांत प्रतिक्रिया को सुनें।

1

और माता-पिता उसका अभिवादन कर रहे थे। जैक ने दो ऐसे लोगों को भी देखा जिन्हें वह तुरंत पहचान नहीं पाया।
सपने के तुरंत बाद जैक जाग गया। सपना इतना वास्तविक और सुकून देने वाला था कि उसे गहरी राहत मिली। उसने अपनी पत्नी नैन्सी को सब कुछ बताया और डिक के परिवार और दोस्तों द्वारा उसका अभिवादन करने का अपना सपना साझा किया। हालांकि, जैक उन दो लोगों को लेकर असमंजस में था जिन्हें वह पहचान नहीं पाया था।
अगली शाम, जैक को डिक की एक चचेरी बहन का फोन आया, जिसने शोक व्यक्त किया। उसने बताया कि पिछले महीने डिक का निधन हुआ था; डिक के दो अन्य दूर के चचेरे भाई-बहनों की भी हाल ही में मृत्यु हो गई थी। तब जैक को एहसास हुआ कि जिन दो लोगों को वह नहीं पहचानता था, वे उसके ऐसे रिश्तेदार थे जिनसे वह कभी मिला भी नहीं था।
जैक के सपने (ए.डी.सी.) ने उसे यह विश्वास दिलाया कि उसके पिता एक बेहतर जीवन में चले गए हैं और अनंतता के अगले भाग में उनका स्वागत किया जा रहा है।
अपने सपने की पुष्टि होने के बाद उन्हें दोगुनी तसल्ली मिली।

किसी प्रियजन का देहांत होना कभी आसान नहीं होता, चाहे उम्र कोई भी हो, लेकिन डिक काफी समय से बीमार थे और उनकी उम्र अस्सी के दशक के मध्य में थी। हालांकि, किसी बच्चे की मृत्यु, आस्था की सबसे कठिन परीक्षा होती है। इसलिए, इस भाग में मैं बच्चों की मृत्यु पर ध्यान केंद्रित करूंगा, हालांकि ये सिद्धांत किसी भी उम्र में मृत्यु को प्राप्त करने वालों पर लागू होते हैं। कृपया इसे उन सभी माता-पिता के साथ साझा करें जिनके बच्चे का देहांत हो गया है।
भले ही पचासी साल के व्यक्ति के लिए मृत्यु पाँच साल के बच्चे की तुलना में अधिक तात्कालिक प्रतीत होती हो, लेकिन पुख्ता प्रमाण बताते हैं कि पृथ्वी पर जीवन और आत्मा की आयु में बहुत अंतर है। पृथ्वी की शिक्षा पूरी कर लेने वाला बच्चा अस्सी साल के व्यक्ति की तुलना में अधिक विकसित आत्मा हो सकता है, इसीलिए पृथ्वी पर उसका जीवनकाल छोटा होता है। वृहत्तर वास्तविकता का परिप्रेक्ष्य हमें यह भी याद दिलाता है कि अनंत काल में पाँच या पचासी वर्ष तो बस एक पल के बराबर हैं।
शारीरिक मृत्यु के बाद जीवन की वास्तविकता को समझना कुछ लोगों के लिए कठिन होता है क्योंकि भौतिक दुनिया अत्यंत वास्तविक प्रतीत होती है। "मैं कैसे मदद कर सकता हूँ?" में राम दास और पॉल गोरमन महान तिब्बती शिक्षक मारपा के बारे में एक सशक्त और शिक्षाप्रद कहानी साझा करते हैं: “एक दिन, मारपा के सबसे बड़े बेटे की मृत्यु हो गई। अकेले में, अपने शोक में डूबे हुए, मारपा रो रहे थे। उनके एक शिष्य ने उनके पास आकर कहा, 'मुझे समझ नहीं आ रहा। आप सिखाते हैं कि यह सब माया है... यदि यह सब माया है, तो आप इतना गहरा शोक क्यों करते हैं?' मारपा ने उत्तर दिया, 'हाँ, यहाँ सब कुछ माया है। और एक बच्चे की मृत्यु इन मायाओं में सबसे बड़ी है।'” (12)
यह देखना कितना बड़ा आशीर्वाद है कि भौतिकता ही सब कुछ है, इस भ्रम को तोड़ देना कितना बड़ा सौभाग्य है। जब बच्चे दुनिया बदलते हैं, तो उनके प्रियजनों के पास दो विकल्प होते हैं: वे कड़वे हो सकते हैं या बेहतर बन सकते हैं। वे अपना विश्वास खो सकते हैं।
और वे मानते हैं कि त्रासदी यह साबित करती है कि पृथ्वी पर जीवन अन्यायपूर्ण, भयानक और अराजक है। या, वे अपने दर्द को अधिक प्रेम, विकास और

दूसरों की सेवा में बदल सकते हैं। कुछ माता-पिता ने इससे भी अधिक अनुभव किया है।
आनंद और शांति - अपने बच्चे की शारीरिक मृत्यु के बावजूद नहीं, बल्कि उसी मृत्यु के कारण जिसने एक जागृति, एक आध्यात्मिक रूप से परिवर्तनकारी अनुभव को जन्म दिया।
डॉ. वेन डायर के साथ अपने रेडियो साक्षात्कार में, मैंने उनसे पूछा, "आप उन माता-पिता को क्या कहते हैं जिनके बच्चे इस दुनिया से चले गए हैं?" उन्होंने उत्तर दिया: "कि मृत्यु जैसी कोई चीज नहीं है, यह संभव ही नहीं है। हमारा वास्तविक स्वरूप यह है कि हम आध्यात्मिक प्राणी हैं जो मानवीय अनुभव प्राप्त कर रहे हैं। जब ईश्वर युवाओं को अपने पास बुला लेते हैं, तो वे केवल उतने ही समय के लिए यहाँ थे क्योंकि उन्होंने उतने ही समय के लिए यहाँ रहना चुना था।"

आत्म-साक्षात्कार प्राप्त करने वाले लोग मृत्यु को लगभग इस तरह से स्वीकार कर लेते हैं जैसे कि वह घटी ही न हो, क्योंकि उनके लिए मृत्यु का कोई महत्व ही नहीं है। एक बार जब आप यह समझ जाते हैं, तो आपको एहसास होता है कि आप उनसे कभी अलग नहीं हो सकते। एक पवित्र बंधन है जो हम सभी को जोड़ता है।” (13)
कुछ लोग सोचते हैं कि जब बड़े पैमाने पर मौतें और आपदाएँ होती हैं, तो दैवीय पूर्णता कैसे सत्य हो सकती है। अपने 'लाइफ बिटवीन लाइव्स®' शोध के आधार पर, माइकल न्यूटन, पीएचडी ने कहा, “मैंने पाया है कि आत्माएँ स्वेच्छा से ऐसे शरीर चुनती हैं जिनमें अचानक घातक बीमारियाँ हों, जिन्हें कोई मार डाले, या किसी विनाशकारी घटना में कई अन्य लोगों के साथ अचानक जीवन का अंत हो जाए। इन त्रासदियों में शामिल होने वाली आत्माएँ किसी मनमानी करने वाले ईश्वर की अनदेखी के कारण गलत समय पर गलत जगह पर नहीं फँसी होती हैं। प्रत्येक आत्मा के पास उन घटनाओं में भाग लेने का एक उद्देश्य होता है जिनमें वह भाग लेना चुनती है।” (14)
सांसारिक दृष्टिकोण से देखें तो ऐसी घटनाएं त्रासदी प्रतीत होती हैं। बड़े परिप्रेक्ष्य में देखें तो, ये उन लोगों के लिए घर वापसी के टिकट हैं जो आगे बढ़ने के लिए तैयार हैं।

यह जानना कि आप एक शाश्वत प्राणी हैं, आपके जीवन जीने के तरीके को बेहतर बना सकता है। उदाहरण के लिए, वर्तमान धार्मिक शिक्षाएं, सामाजिक रीति-रिवाज और कानून वृद्ध और गंभीर रूप से बीमार लोगों के लिए उस समय संक्रमण करना मुश्किल बना देते हैं जब उन्हें लगता है कि यह समय आ गया है। जीवन की गुणवत्ता और अवधि में सुधार की कोई संभावना न के बराबर होने के बावजूद, वृद्ध और दुर्बल लोगों के लिए महंगे नैदानिक और चिकित्सीय उपाय अपनाए जाते हैं। जब कानून निर्माता वृद्ध और रोगग्रस्त लोगों के जीवन को कुछ महीनों तक बढ़ाने की असहनीय लागतों की ओर इशारा करते हैं, तो प्रतिक्रियावादी चिल्लाते हैं, 'वे दादी को मारना चाहते हैं'।
सच को स्वीकार करें। जीवन बचाने के लिए किए जाने वाले चरम उपायों का एक कारण मुनाफा कमाना भी होता है। अस्पतालों के भारी खर्चों और जीवन के अंतिम समय में किए जाने वाले उपायों से होने वाली कमाई पर गौर करें।
कुछ उन्नत कैंसर रोगियों को दर्दनाक और खर्चीली कीमोथेरेपी, विकिरण और सर्जरी से गुजरना पड़ता है, फिर भी उनकी मृत्यु हो जाती है। उनके अंतिम कुछ महीने मतली, दर्द और डॉक्टर के चक्करों से भरे होते हैं, जो उनकी जीवन भर की बचत और आत्मसम्मान को खत्म कर देते हैं।
नर्सिंग होम ऐसे लोगों से भरे पड़े हैं जो इन कठोर उपायों से बच तो गए हैं, लेकिन धीरे-धीरे सड़ रहे हैं। ये सभी प्रतिकूल परिस्थितियाँ तब रोकी जा सकती हैं जब आप वास्तव में यह जान लें कि आप एक अनंत और शाश्वत प्राणी हैं।

जब वृद्ध और दीर्घकालिक बीमारियों से ग्रसित व्यक्तियों से शरीर छोड़ने के अनुभव के बारे में पूछा जाता है, तो मृत्यु के निकट का अनुभव कर चुके लोगों की आम राय यह होती है: 'कल्पना कीजिए कि आपने पृथ्वी पर अपने सबसे अच्छे एक हजार दिन बिताए हैं - सबसे खुशहाल, स्वस्थ, शांत और ऊर्जावान। अब, उस भावना को दस लाख से गुणा कीजिए और आपको प्रकाश में लौटने का एहसास होने लगेगा कि यह कितना सुखद है।'
इस बदलाव के अद्भुत अनुभव का एक और उदाहरण पैट रोडगास्ट द्वारा प्रकट की गई एक विकसित अदृश्य सत्ता, इमैनुएल से मिलता है: 'कल्पना कीजिए कि आप पूरे दिन बहुत तंग जूते पहनकर खड़े रहे हैं। सोचिए कि उन्हें उतारने में कितना अच्छा लगता है।

अपने जूते उतारो और अपने पैरों को गर्म पानी से भरे टब में डालो। बीमार और थके हुए शरीर को आराम देकर जीवन के अगले चरण में उड़ान भरने का जो आनंद मिलता है, यह उसका एक छोटा सा हिस्सा मात्र है।
क्या हमें वर्तमान स्वास्थ्य देखभाल प्रथाओं और कानूनों पर पुनर्विचार करना चाहिए जो गरिमापूर्ण तरीके से अपने शरीर को त्यागने के समय और तरीके के बारे में अधिक विकल्प प्रदान करते हैं?

मृत्यु के निकट और
शरीर से बाहर के अनुभव
जब मैं नौ साल का था, मेरे अंकल क्लिफ की कार एक ट्रक से टकरा गई। उन्हें कई गंभीर चोटें आईं और वे लगभग मर ही गए थे। उन्हें लंबे समय तक अस्पताल में रहना पड़ा। जब वे आखिरकार घर लौटे, तो उनका चेहरा पीला पड़ गया था, वे दुबले-पतले थे, उनके दांत टूटे हुए थे और वे चल भी नहीं पा रहे थे। परिवार के लिविंग रूम में अपने अस्पताल के बिस्तर से, उन्होंने तार से बंधे जबड़े

के बावजूद, उस अनुभव के बारे में बताया जो उन्होंने लगभग मौत के मुंह से वापस आते समय महसूस किया था: हरे-भरे घास के मैदान में चलना, सुंदर संगीत सुनना और यीशु को देखना; हर चीज के अधिक चमकदार और जीवंत होने के साथ एक तीव्र जागरूकता का अनुभव करना।
पहले से कहीं अधिक रंगीन; अब शारीरिक मृत्यु से भयभीत नहीं; इतना शांत कि अपने परिवार को याद करने के अलावा, उसे इस बात की परवाह नहीं थी कि वह वापस आएगा या नहीं।
तब से, मृत्यु के निकट के कई दस्तावेजी अनुभवों ने मृत्यु के बाद जीवन की निरंतरता के लिए प्रभावशाली प्रमाण प्रस्तुत किए हैं। हाल ही में, न्यूरोसर्जन एबेन अलेक्जेंडर, एम.डी. ने 'प्रूफ ऑफ हेवन' नामक पुस्तक लिखी है और एक सप्ताह तक चले कोमा के दौरान अपने मृत्यु के निकट के अनुभव का वर्णन किया है।
इनमें से कई मामलों को प्रतिष्ठित चिकित्सकों, विश्वविद्यालय के प्रोफेसरों और वैज्ञानिकों द्वारा प्रमाणित किया जाना, शारीरिक मृत्यु के बाद जीवन की प्रामाणिकता को और भी पुष्ट करता है। मृत्यु के निकट के अनुभवों को NDE कहा जाता है और इन अवस्थाओं का अनुभव करने वालों को NDErs कहा जाता है।
हजारों एनडीई (निकट-मृत्यु अनुभव) के मामलों ने शारीरिक मृत्यु के बाद भी चेतना की निरंतरता को प्रदर्शित किया है। एनडीई के दौरान विशिष्ट चरणों में शामिल हैं: शरीर से बाहर होने का अहसास होना, भिनभिनाहट की आवाज सुनना।

या फिर बजने वाली ध्वनि, सुरंग से गुजरना, दीप्तिमान प्रकाश देखना, उन प्रियजनों से मिलना जिन्होंने दुनिया बदल दी, अपने स्वर्गदूतों और मार्गदर्शकों से मिलना, सुंदर दृश्यों और रंगों को महसूस करना, दिव्य संगीत सुनना, शांति और घर जैसा महसूस करना, सबक सीखना, यह बताया जाना कि अब किसी का समय गैर-संवेदी लोकों में रहने का नहीं है, और सफलतापूर्वक पुनर्जीवित शरीर में तेजी से वापस यात्रा करना।
यद्यपि प्रत्यक्ष अनुभव (एनडीई) का वर्णन सबसे पहले हजारों साल पहले किया गया था, लेकिन चिकित्सा पुनर्जीवन क्षमताओं में प्रगति के कारण अब अधिक लोगों को मृत्यु के मुंह से सफलतापूर्वक वापस लाया जा रहा है। ये एनडीई पीड़ित चिकित्सकीय रूप से मृत थे, अर्थात् उनके हृदय, फेफड़े या मस्तिष्क का कार्य पूरी तरह से बंद हो चुका था। उस दौरान, उनमें से एक महत्वपूर्ण प्रतिशत को रोमांचक और जीवन-परिवर्तनकारी अनुभव प्राप्त हुए।
मृत्यु के निकट के अनुभवों की नैदानिक रिपोर्टों पर मेरा ध्यान सबसे पहले 1970 के दशक में गया, जब मैं श्वसन चिकित्सक के रूप में काम कर रहा था और धर्मशास्त्र की पढ़ाई कर रहा था। हालांकि स्वास्थ्य सेवा पेशेवरों द्वारा मृत्यु के निकट के अनुभवों के विषय पर कभी-कभी संदेह जताया जाता था, लेकिन अंकल क्लिफ के साथ मेरे पहले के अनुभव ने मुझे इस विषय के प्रति खुला दृष्टिकोण रखने में मदद की। मैंने कई ऐसे मरीजों का साक्षात्कार लिया जिन्हें सफलतापूर्वक पुनर्जीवित किया गया था और उनसे पूछा: "क्या आपको बेहोशी की हालत के दौरान कुछ याद है?" कई लोगों ने उत्साहपूर्वक मुझे मृत्यु के निकट के अनुभवों के बारे में बताया, जिनमें मृत्यु के निकट के अनुभवों के विशिष्ट लक्षण थे।
लगभग दस हजार गैर-शरीर-मृत्यु अनुभवों (एनडीई) पर किए गए प्रमाणित शोध, शारीरिक मृत्यु के बाद जीवन के सबसे प्रभावशाली प्रमाण प्रस्तुत करते हैं। मैं एनडीई जानकारी को निम्नलिखित श्रेणियों में वर्गीकृत करूँगा: ऐतिहासिक निरंतरता, सत्यापन योग्य मामले, बाल चिकित्सा सत्यापन मामले, जीवन की झलकियाँ, सहानुभूतिपूर्ण एनडीई, दृष्टिहीन व्यक्ति और एनडीई, और परिवर्तनकारी पहलू। इसके अतिरिक्त, मैं शरीर से बाहर के अनुभवों का भी संक्षेप में उल्लेख करूँगा।

ऐतिहासिक निरंतरता
विभिन्न संस्कृतियों में समय के साथ-साथ निकट भविष्य के अनुभवों (एनडीई) की रिपोर्टें काफी हद तक समान और स्वतंत्र रूप से मिलती रही हैं। इनका पहली बार उल्लेख हजारों साल पहले तिब्बती बुक ऑफ द डेड, मिस्र की बुक ऑफ द डेड और एज़्टेक सॉन्ग ऑफ द डेड में मिलता है।
ये विवरण सदियों तक लुप्त या कम ज्ञात रहे, फिर भी केन रिंग, पीएचडी द्वारा विकसित नियर-डेथ एक्सपीरियंस वैलिडिटी स्केल जैसे आधुनिक नियर-डेथ एक्सपीरियंस मापदंडों पर इनका स्कोर उल्लेखनीय रूप से उच्च है।

मृत्यु के बाद आत्माओं को जिन चीजों का सामना करना पड़ता है, उनकी रिपोर्टें चेतना को बदलने वाले पदार्थों के साथ अलौकिक अनुभवों के दौरान होने वाली चीजों से भी मिलती-जुलती हैं।
द लाइट बियॉन्ड में, डॉ. रेमंड मूडी ने कहा कि इतिहास में बहुत पहले से ही, निकट भविष्य के अनुभवों (एनडीई) के मामले सामने आए हैं, जिनका उल्लेख मिलता है।
ईसा पूर्व 347 में यूनानी दार्शनिक प्लेटो ने पोप ग्रेगरी द ग्रेट के छठी शताब्दी के संवादों की रचना की थी, जो मृत्युशय्या पर देखे गए दर्शन, भूत-प्रेत की कहानियों और मृत्यु के निकट के अनुभवों का एक संग्रह है, जो आत्मा की अमरता का प्रमाण प्रदान करता है।
डॉ. कैरोल ज़ालेस्की, जिन्होंने 'अदरवर्ल्ड जर्नीज़' नामक पुस्तक लिखी, ने कहा कि मध्य युग का साहित्य ऐसे वृत्तांतों से भरा पड़ा है। (1)
मूडी, रिंग, ग्रेसन, मोर्स, ग्रोफ, सबोम, ग्रॉसो, रिची, लुंडाहल, ओसिस, हैराल्डसन, वेड, टार्ट, एटवाटर, कूपर, बेकर और अन्य विद्वानों की बदौलत प्रत्यक्ष अनुभव (एनडीई) साहित्य का विशाल भंडार मौजूद है। अन्य संस्कृतियों में विभिन्न आयु समूहों पर किए गए वर्तमान अध्ययन भी इसी प्रकार के पैटर्न या सार्वभौमिकता को दर्शाते हैं।

सत्यापन योग्य मामले
पुष्टि योग्य पहलुओं वाले एनडीई (नॉन-डिसेबल्ड एक्सपीरियंस) के मामले दृढ़ता से शारीरिक मृत्यु के बाद चेतना के अस्तित्व की ओर इशारा करते हैं। "लेसन फ्रॉम द..." में
डॉ. केन रिंग लाइट ने कहा कि कई लोग "...कुछ क्षणों के लिए अपने शरीर से बाहर निकलने और अपने आस-पास के वातावरण का विस्तृत और सटीक अवलोकन करने का अनुभव बताते हैं। मान लीजिए, इन विवरणों की स्वतंत्र रूप से जाँच और पुष्टि की जा सके। यदि यह सिद्ध किया जा सके कि इन रोगियों ने जो देखा वह स्वाभाविक रूप से नहीं देखा होगा या अन्य माध्यमों से यह जानकारी प्राप्त नहीं की होगी, तो हमारे पास प्रत्यक्ष अनुभव (एनडीई) की वस्तुनिष्ठता का समर्थन करने के लिए काफी ठोस प्रमाण होंगे।"
बहुत शोध के बाद, डॉ. रिंग ने निष्कर्ष निकाला, “अब हमारे पास कई स्रोतों से अच्छे प्रमाण हैं कि एनडीई (निकट-मृत्यु का अनुभव) वास्तव में एक ऐसा अनुभव है जिसका अपना वस्तुनिष्ठ स्वरूप है और संक्षेप में कहें तो, यह ‘वास्तविक’ है। (सबूतों पर विचार करने के बाद) मुझे आशा है कि आप आश्वस्त होंगे कि एनडीई की वैधता के बारे में संदेह को विशुद्ध वैज्ञानिक आधार पर सुरक्षित रूप से दूर किया जा सकता है।” (2)
"मैसेजेस फ्रॉम द मास्टर्स" में, डॉ. ब्रायन वेइस ने कई ऐसे प्रत्यक्ष अनुभव (एनडीई) का वर्णन किया है जिनके पहलुओं की पुष्टि की जा सकती है। एक महिला एक भीषण सड़क दुर्घटना में सिर में गंभीर चोट का शिकार हुई और मौत के बेहद करीब थी। जब डॉक्टर परिवार को इस बात की जानकारी दे रहे थे कि अंत में क्या होगा, तभी मरीज अपने शरीर से बाहर निकल आई। उसने अपने परिवार को ढूंढ लिया, जबकि वे चिकित्सा टीम से काफी दूर थे।

उसका इलाज चल रहा था। बातचीत सुनकर उसने उन्हें समझाने की कोशिश की कि वह वास्तव में मरी नहीं है। ठीक होने के बाद, उसने सर्जन और अपने परिवार के बीच हुई बातचीत को हूबहू दोहराया।
एक अन्य मरीज बड़ी सर्जरी के बाद बेहद उत्तेजित अवस्था में जागा। प्रक्रिया के दौरान, जब उनका रक्तचाप और हृदय गति असामान्य हो गई, तो वे अपने शरीर से ऊपर तैरने लगीं। इस स्थिति से वे सर्जनों को देख सकती थीं और

अपने चार्ट में एनेस्थेसियोलॉजिस्ट के नोट्स पढ़ सकती थीं। रिकवरी रूम में होश आने पर भी वे इन जटिलताओं के कारण घबराई हुई थीं। बेहोशी की हालत में होने के बावजूद उन्होंने डॉ. वीस को अपने चार्ट में लिखी हुई बातें सही-सही बताईं। डॉक्टर के सामने उनके शरीर की स्थिति ऐसी थी कि जागने पर भी वे नोट्स नहीं देख पातीं।
डॉ. वीस ने निष्कर्ष निकाला, “मैंने इतने सारे चिकित्सकों से मृत्यु के निकट और शरीर से बाहर के अनुभवों वाले रोगियों के नैदानिक विवरणों की ये और अन्य कहानियाँ सुनी हैं कि मैं उन्हें चिकित्सा या शारीरिक आधार पर खारिज नहीं कर सकता।” (3)
इतने सारे प्रमाणित प्रत्यक्ष अनुभव (एनडीई) के मामले हैं कि उन्हें सामूहिक रूप से टेनिस शू स्टोरीज़ के नाम से जाना जाता है। "क्लोजर टू द लाइट" में, डॉ. मेल्विन मोर्स और पॉल पेरी ने मनोवैज्ञानिक किम क्लार्क की कहानी का वर्णन किया है, जो हृदयाघात के बाद मारिया नामक एक मरीज का परामर्श ले रही थीं। उन्होंने बताया, "महिला को क्लार्क की बातों में कोई दिलचस्पी नहीं थी। इसके बजाय, वह इस बारे में बात करना चाहती थी कि कैसे वह अस्पताल में इधर-उधर तैरती रही जबकि डॉक्टर उसके दिल को फिर से चालू करने के लिए संघर्ष कर रहे थे।"
यह साबित करने के लिए कि उसने अपना शरीर त्याग दिया था, महिला ने ज़ोर देकर कहा कि क्लार्क की खिड़की के बाहर चौखट पर एक जूता पड़ा है। मोर्स और पेरी ने आगे बताया, “क्लार्क ने खिड़की खोली, लेकिन उसे कोई जूता नहीं दिखा। ‘वह वहीं बाहर है,’ महिला ने ज़ोर देकर कहा। क्लार्क बाहर झुकी, लेकिन फिर भी उसे जूता नहीं दिखा। ‘वह कोने के पास है,’ महिला ने कहा। हिम्मत जुटाकर, क्लार्क अपनी पांचवीं मंजिल की खिड़की की चौखट पर रेंगकर गई और कोने के पास गई। वहाँ एक जूता पड़ा था, ठीक वैसे ही जैसे मारिया ने बताया था।” (4) एनडीई अनुसंधान में ऐसे कई वृत्तांत भी मिलते हैं जिनमें जीवित बचे लोगों ने चिकित्सकीय रूप से मृत अवस्था में अपने उन रिश्तेदारों से मुलाकात की जो गुजर चुके थे लेकिन जीवित रहते हुए उन्हें नहीं जानते थे। बाद में, तस्वीरों या व्यक्तिगत अनुभवों के आधार पर उनकी पहचान की पुष्टि हुई। इसके अलावा, कई रोगियों में एनडीई के दौरान और बाद में अलौकिक शक्तियां विकसित हो जाती हैं।

एनडीई का एक और पुष्टिकरण पहलू उन लोगों के साथ तथाकथित आश्चर्यजनक मुलाकातों से संबंधित है जिनके बारे में जीवित व्यक्ति को पता नहीं था कि उनकी मृत्यु हो चुकी है।

उदाहरण के लिए, एक महिला बहुत बीमार थी, उसी समय उसकी बहन उसी अस्पताल की दूसरी मंजिल पर मृत्यु के करीब थी। अपने प्रत्यक्ष अनुभव (एनडीई) के दौरान, महिला ने ऊपर से अपनी बहन के शरीर पर किए जा रहे पुनर्जीवन प्रयासों को देखा। उसे आश्चर्य हुआ जब उसकी मुलाकात अपनी बहन से हुई और दोनों ने खूब बातचीत की, जब तक कि बहन उससे दूर जाने लगी।
महिला ने बताया, “मैंने उसके साथ जाने की कोशिश की, लेकिन वह मुझे वहीं रुकने के लिए कहती रही। उसने कहा, ‘अभी तुम्हारा समय नहीं आया है… फिर वह एक सुरंग से होकर दूर चली गई और मैं वहीं अकेली रह गई। जब मैं उठी, तो मैंने डॉक्टर को बताया कि मेरी बहन की मृत्यु हो गई है। उसने इससे इनकार किया, लेकिन मेरे आग्रह पर उसने एक नर्स से इसकी जाँच करवाई। वास्तव में उसकी मृत्यु हो गई थी, जैसा कि मुझे पता था।” (5)
ट्रांसफॉर्म्ड बाय द लाइट में, मोर्स और पेरी एक ऐसी ही घटना का वर्णन करते हैं जिसमें एक महिला बच्चे को जन्म देने के बाद अत्यधिक रक्तस्राव से पीड़ित थी। जब चिकित्साकर्मी उसका इलाज कर रहे थे, वह ऊपर से उन्हें देख सकती थी और उसका तीव्र दर्द अचानक गायब हो गया। वह एक सुरंग से होकर तेज रोशनी की ओर बढ़ी, लेकिन अंत तक पहुँचने से पहले ही, “एक कोमल आवाज़ ने मुझे बताया कि मुझे वापस जाना होगा। फिर मैं एक प्रिय मित्र से मिली, जो उस कस्बे का पड़ोसी था जिसे हम छोड़ चुके थे। उसने भी मुझे वापस जाने के लिए कहा। मैं बिजली के झटके से अस्पताल के बिस्तर पर गिर पड़ी और दर्द वापस आ गया। मुझे रक्तस्राव रोकने के लिए ऑपरेशन थिएटर में ले जाया जा रहा था। तीन सप्ताह बाद मेरे पति ने फैसला किया कि मैं इतनी ठीक हो गई हूँ कि मुझे बताया जा सके कि उस दूसरे कस्बे में रहने वाले मेरे प्रिय मित्र की मेरी बेटी के जन्म के दिन एक दुर्घटना में मृत्यु हो गई थी।” (6)

बाल चिकित्सा सत्यापन मामले

छोटे बच्चे, जो वयस्कों की तरह ही प्रत्यक्ष अनुभव (एनडीई) के दौरान घटित घटनाओं का वर्णन करते हैं, साक्ष्य की एक प्रभावशाली श्रेणी प्रस्तुत करते हैं। साहित्य में बाल चिकित्सा एनडीई के कई सत्यापित वृत्तांत मौजूद हैं जिनमें पुनर्जीवन प्रक्रियाओं से संबंधित कई जटिल विवरण शामिल हैं जो छोटे बच्चों के लिए समझ से परे हैं। बच्चों को मृत्यु के बाद क्या होता है, इस बारे में धार्मिक या सांस्कृतिक विचारों से अवगत नहीं कराया गया है। वे मृत्यु को एक अवकाश के रूप में और ऐसी चीज के रूप में वर्णित करते हैं जिससे वे वापस लौटेंगे।
मैं मेलविन मोर्स, एम.डी., और पॉल पेरी द्वारा लिखित पुस्तक "क्लोजर टू द लाइट" में वर्णित बाल चिकित्सा एनडेमियोलॉजी (एनडीई) के केवल दो उदाहरण साझा करूँगा। पहला मामला एक आठ वर्षीय लड़के का है जो एक पुल से गिर गया और पानी में एक चट्टान से उसका सिर टकरा गया। कम से कम पाँच मिनट तक पानी में उल्टा तैरने के बाद, उसे एक पुलिसकर्मी ने पानी से बाहर निकाला। लड़का

उसकी सांसें रुक गई थीं और नब्ज भी नहीं चल रही थी; तीस मिनट तक सीपीआर देने के बाद, पुलिसकर्मी ने उसे मृत घोषित कर दिया।
इसके बावजूद, हेलीकॉप्टर से आई आपातकालीन टीम ने तुरंत उसे होश में लाने की कोशिश की और अस्पताल पहुंचाया। लड़के को दो दिन बाद तक होश नहीं आया, जब उसने अपने बचाव और होश में लाने की प्रक्रिया का विस्तृत वर्णन किया। उसने बताया कि उसे यह सब इसलिए पता था क्योंकि वह शरीर से बाहर से पूरी घटना देख रहा था।
दूसरा मामला नौ महीने की उम्र में हुए एक प्रत्यक्ष अनुभव (एनडीई) से संबंधित था। मरीज मार्क ने तीन साल की उम्र में अपने माता-पिता को इस अनुभव के बारे में बताया।
उसके माता-पिता ने उसे कभी भी उसके दिल के दौरे के बारे में नहीं बताया था और उस उम्र में ज़्यादातर बच्चे घटनाओं को याद नहीं रख पाते। हालाँकि, "...क्रिसमस के एक नाटक के बाद, उसने कहा कि भगवान उस नाटक में दिखाए गए व्यक्ति जैसे नहीं दिखते थे। जब उसके पिता ने उससे पूछा कि उसका क्या मतलब है, तो मार्क ने उन्हें दो साल पहले उस अफरा-तफरी भरी रात की घटना बताई: 'मैंने नर्सों और डॉक्टरों को अपने ऊपर खड़े होकर मुझे जगाने की कोशिश करते देखा। मैं कमरे से बाहर भागा और (प्रतीक्षा कक्ष में गया, जहाँ मैंने)

दादा-दादी को रोते और एक-दूसरे को पकड़े हुए देखा। मुझे लगता है कि उन्हें लगा कि मैं मरने वाला हूँ।' फिर उसने एक लंबी, अंधेरी सुरंग देखी और उसमें रेंगते हुए ऊपर जाने की बात बताई।"
सुरंग के अंत में दिखने वाली तेज रोशनी ने उसे आगे बढ़ने की प्रेरणा दी और उसे एक उज्ज्वल स्थान मिला जहाँ वह ईश्वर के साथ खेतों में दौड़ा। “ईश्वर के साथ इस दौड़ का वर्णन करते हुए वह बहुत उत्साहित था। उसने कहा कि ‘स्वर्ग में कोई दोहरी छलांग लगा सकता है’… फिर ईश्वर ने उससे पूछा कि क्या वह ‘घर वापस’ जाना चाहता है। मार्क ने ‘नहीं’ कहा, लेकिन ईश्वर ने उससे कहा कि
"किसी और दिन फिर वापस आऊंगा।" मार्क को पांच साल की उम्र तक का अपना अनुभव स्पष्ट रूप से याद था और जिस समय मोर्स ने किताब लिखी थी, उस समय वह एक सुव्यवस्थित किशोर था। (7)

जीवन पूर्वावलोकन
कभी-कभी एनडीई (नॉन-डिसएवरी) भविष्य की झलक भी प्रदान करते हैं।
ये तथाकथित जीवन पूर्वाभास अनुभव एक और सत्यापन पहलू प्रदान करते हैं क्योंकि, कई मामलों में, भविष्यवाणी की गई घटनाएं वास्तव में सच हो गईं। मूडी ने 1971 में अपनी मृत्यु पूर्व मृत्यु के दौरान जीवन का पूर्वावलोकन करने वाली एक महिला के साथ अपने व्यक्तिगत अनुभव का वर्णन किया। 1975 में, लाइफ आफ्टर लाइफ के प्रकाशन से कई महीने पहले, मूडी के बच्चे थे।

हैलोवीन पर बच्चे ट्रिक-ऑर-ट्रीट कर रहे थे। एक मिलनसार दंपति ने बच्चों से उनके नाम पूछे; जब सबसे बड़े बच्चे ने कहा, 'रेमंड एवरी मूडी,' तो महिला चौंक गई और श्रीमती मूडी से बोली, 'मुझे आपके पति से बात करनी होगी।'
मूडी ने कहा: “जब मैंने बाद में इस महिला से बात की, तो उसने मुझे 1971 में अपने प्रत्यक्ष अनुभव (एनडीई) के बारे में बताया। सर्जरी के दौरान उसे हृदय गति रुक गई थी और फेफड़े सिकुड़ गए थे, और वह लंबे समय तक चिकित्सकीय रूप से मृत रही थी। इस अनुभव के दौरान, उसकी मुलाकात एक मार्गदर्शक से हुई जिसने उसे जीवन की समीक्षा कराई और उसे भविष्य के बारे में जानकारी दी। अनुभव के अंत में, उसे मेरी एक तस्वीर दिखाई गई, मेरा पूरा नाम बताया गया,

और कहा गया कि 'जब सही समय आएगा,' तो वह मुझे अपनी कहानी सुनाएगी। मुझे यह मुलाकात उल्लेखनीय लगी।”(8)
डॉ. ब्रूस ग्रेसन ने कहा कि एनडीई (निकट मृत्यु अनुभव) के दौरान जीवन की समीक्षा करने वालों में से लगभग एक तिहाई लोगों को भविष्य की व्यक्तिगत घटनाओं के दर्शन हुए थे।
रिंग ने अपनी पुस्तकों 'हेडिंग टुवर्ड ओमेगा' और 'लेसन फ्रॉम द लाइट' में जीवन के पूर्वाभास के कई मामलों का वर्णन किया है, जिनमें से एक यह है: अपने मृत्यु पूर्व अनुभव (एनडीई) के दौरान, नेल ने खुद को एक विशाल टेलीविजन स्क्रीन पर जीवन की समीक्षा करते हुए पाया। उसने सचेत रूप से अपने भौतिक शरीर में लौटने का निर्णय लिया, लेकिन तभी एक दूसरी टीवी स्क्रीन ने उसे आने वाली घटनाओं की झलक दिखाई: पीड़ा का एक लंबा दौर; परिवार के सदस्य जो शारीरिक पीड़ा से पीड़ित होंगे; एक भाभी जो असमय गुजर जाएगी। रिंग, जो नेल को पंद्रह वर्षों से अधिक समय से जानते हैं, आश्वस्त हैं कि एनडीई के दौरान उसने जो घटनाएँ देखीं, वे वास्तव में उसी तरह घटीं, जैसे उसे दिखाई गईं। (9)

सहानुभूतिपूर्ण निकट-मृत्यु अनुभव
मृत्यु के निकट के अनुभवों का एक अन्य प्रकार सहानुभूतिपूर्ण या साझा मृत्यु के निकट का अनुभव है। इन मामलों में, मरने वाले व्यक्ति के प्रियजन या स्वास्थ्य सेवा प्रदाता मृत्यु के समय के आसपास अलौकिक अनुभवों का अनुभव करते हैं।
डॉ. जोन बोरिसेन्को ने अपनी मां के निधन के क्षण में घटी एक सुंदर, भावपूर्ण प्रत्यक्ष अनुभव (एनडीई) का वर्णन किया है। उनकी मां लंबे समय से जोन के काम के प्रति संशय और आलोचनात्मक रवैया रखती थीं। जोन और उनके बेटे जस्टिन अपनी मां के अंतिम समय में उपस्थित थे। उस क्षण, कमरा प्रकाश से भर गया और दोनों ने वही महसूस किया जो जस्टिन ने कहा: "मुझे ऐसा लग रहा है जैसे दादी अनंत काल का द्वार हमारे लिए खोलकर हमें दर्शन दे रही हैं।"

एक झलक। क्या आप इसे महसूस कर सकते हैं? आपको अपनी माँ के प्रति बहुत आभारी होना चाहिए। आप जानते हैं, वह एक महान आत्मा थीं। और उन्होंने अपनी आत्मा में निहित ज्ञान से कहीं छोटी भूमिका को साकार रूप दिया और उन्होंने इसे आपके लिए एक उपहार के रूप में किया ताकि आपके पास प्रतिरोध करने के लिए कुछ हो। (11)
इस तरह की रिपोर्टें अब ज़्यादा क्यों सामने आ रही हैं? इन विषयों पर लोगों में ज़्यादा खुलापन है, खासकर बेबी-बूमर्स में, जिनके माता-पिता बूढ़े हो रहे हैं और मर रहे हैं। अस्पतालों में मुलाक़ात संबंधी नीतियों में बदलाव आया है और अब ज़्यादा परिवार के सदस्य प्रियजनों के अंतिम समय में मौजूद होते हैं। ऐसे में, वे सहानुभूतिपूर्ण प्रत्यक्ष अनुभव (एनडीई) का अनुभव कर सकते हैं।
सू ने मेरे साथ एक मनो-आध्यात्मिक सत्र लिया और गहरी सम्मोहन अवस्था में रहते हुए, उन्होंने एक उपचारात्मक अनुभव प्राप्त किया।
उसे एक अलग ही दुनिया के रूप में देखा गया। उसने अगले दिन मुझे निम्नलिखित संदेश के साथ ईमेल भेजा:
शनिवार को सेशन खत्म होने के बाद, मुझे बहुत अच्छा महसूस हुआ; इसे शब्दों में बयां करना मुश्किल है। मेरी माँ ने आधी रात को फोन किया और बताया कि मेरी दादी की तबीयत ठीक नहीं है। दादी और मैं हमेशा से बहुत करीब रहे हैं और मुझे अक्सर लगता था कि हम आत्मा से जुड़े हुए हैं। हम पूरी रात उनके साथ रहे और सुबह करीब 4:30 बजे इमरजेंसी टीम को फोन किया।
अस्पताल में मैं उसके साथ थी, प्रार्थना कर रही थी, उसका हाथ थामे हुए थी और उसे प्रकाश का अनुसरण करने के लिए प्रोत्साहित कर रही थी। रविवार दोपहर 2 बजे, अवर्णनीय प्रेम और प्रकाश की एक बेहद खूबसूरत चमक ने मुझे पूरी तरह से घेर लिया और अभिभूत कर दिया। सचमुच
वह चिल्लाई, “दादी, यह कितना सुंदर है!” इसके तुरंत बाद उसने अंतिम सांस ली। यह सचमुच अद्भुत था। मुझे याद है कि हमारे सेशन के दौरान मुझे भी ऐसा ही महसूस हुआ था, बस इतना तीव्र नहीं था।
द लास्ट लाफ में, डॉ. मूडी सहानुभूतिपूर्ण एनडीई (निकट-मृत्यु अनुभव) की रिपोर्टों पर चर्चा करते हैं: “दर्जनों उत्कृष्ट व्यक्तियों ने मुझे बताया है कि, जब उनके किसी प्रियजन की मृत्यु हुई, तो वे स्वयं अपने शरीर से बाहर निकल आए और अपने मरते हुए प्रियजन के साथ एक सुंदर और प्रेमपूर्ण

प्रकाश की ओर ऊपर चले गए। अन्य लोगों ने कहा है कि, जब वे अपने मरते हुए प्रियजन के साथ बैठे थे, तो उन्होंने देखा कि मृत रिश्तेदार मरने वाले व्यक्ति का अभिवादन करने आ रहे हैं… बहुत से डॉक्टरों और नर्सों ने मुझे बताया है कि कैसे उन्होंने मृत्यु के समय रोगियों की आत्माओं को उनके शरीर से निकलते हुए देखा।” (12)

मैंने इस आखिरी घटना का अनुभव कई साल पहले अस्पतालों में काम करते समय किया था। मुझे आमतौर पर आपातकालीन कक्ष और गहन चिकित्सा इकाइयों में तैनात किया जाता था जहाँ मैं पुनर्जीवन के दौरान सहायता करता था।
उन दिनों, मृत्यु के करीब पहुँच चुके रोगियों की भावनात्मक और आध्यात्मिक ज़रूरतों पर शायद ही कभी ध्यान दिया जाता था। मैं उनके कानों में सीधे फुसफुसाता था, उन्हें आश्वस्त करता था कि हर संभव प्रयास किया जा रहा है, और उन्हें ईश्वर पर भरोसा रखने के लिए प्रोत्साहित करता था। कई बार, मृत्यु के समय से ठीक पहले, मैंने रोगी के सीने से एक हल्की सफेद रोशनी निकलते हुए देखी। पीछे मुड़कर देखने पर, शायद मृत्यु के अंतिम क्षणों में उनके प्रति मेरी सहानुभूति ने ही मुझे ये दिव्य अनुभूतियाँ दीं।

दृष्टिहीन व्यक्ति और प्रत्यक्ष अनुभव
दृष्टिहीन लोगों द्वारा बताए गए प्रत्यक्ष अनुभव (एनडीई) शारीरिक मृत्यु के बाद चेतना के अस्तित्व के लिए विशेष रूप से प्रभावशाली प्रमाण प्रस्तुत करते हैं। "बुक्स ऑफ द डेड" में, डॉ. स्टेन ग्रोफ चर्चा करते हैं, "...ऐसे मामलों की रिपोर्ट की गई है जहां चिकित्सकीय रूप से पुष्टि की गई जैविक क्षति के कारण दृष्टिहीन व्यक्ति नैदानिक मृत्यु के समय परिवेश को देख सकते थे।"
उन्होंने आगे कहा, “इस प्रकार की घटनाएं, मृत्यु के निकट के अनुभवों के अन्य पहलुओं के विपरीत, वस्तुनिष्ठ सत्यापन के अधीन हो सकती हैं। इस प्रकार वे सबसे ठोस प्रमाण प्रस्तुत करती हैं कि मृत्यु के निकट के अनुभवों में जो कुछ घटित होता है वह शारीरिक रूप से क्षीण मस्तिष्क की मतिभ्रम संबंधी कल्पनाओं से कहीं अधिक है।” (13)

प्रत्यक्ष अनुभव (एनडीई) जितने आश्चर्यजनक हैं, उससे भी अधिक आश्चर्यजनक तब होते हैं जब विषय नेत्रहीन हों। डॉ. केन रिंग और डॉ. शेरोन कूपर द्वारा लिखित पुस्तक 'माइंडसाइट' की प्रस्तावना में शोधकर्ता डॉ. चार्ल्स टी. टार्ट ने कहा, “इस पुस्तक के लेखकों ने आवश्यक विज्ञान, वास्तविक विज्ञान का अभ्यास किया है। उन्होंने एनडीई, विशेष रूप से नेत्रहीनों के बीच होने वाले एनडीई के तथ्यों का अध्ययन किया है और हमें अत्यंत प्रेरक और विचारोत्तेजक सामग्री प्रदान की है जिसे हमें वास्तविकता को समझने में ध्यान में रखना चाहिए… ये तथ्य दृढ़ता से यह तर्क देते हैं कि किसी न किसी अर्थ में हम ‘आध्यात्मिक’ प्राणी हैं, न कि केवल भौतिक प्राणी।” (14)
रिंग और कूपर एक अंधे व्यक्ति में एनडीई (नव-मृत्यु अनुभव) के सत्यापन का एक उदाहरण प्रस्तुत करते हैं। एक दुर्घटना के बाद उसी दिन पहले अपरिवर्तनीय रूप से अंधे हो चुके व्यक्ति की आंखों की रोशनी चली गई थी। शल्यक्रिया के दौरान हुई एक दुर्घटना में, नैन्सी को बाद में सांस लेने में तकलीफ होने लगी और वह बेहोश हो गई। जब अस्पताल के कर्मचारी उसे गलियारे से ले जा रहे थे, तभी उसकी

स्ट्रेचर लिफ्ट से टकरा गया। उसी क्षण, नैन्सी ने बताया कि वह जैसे होश में नहीं थी और अपने आसपास की घटनाओं को देख रही थी। उसने गलियारे में लगभग बीस फीट दूर देखा और वहाँ दो आदमियों को खड़े देखा - उसके बेटे का पिता और उसका प्रेमी। फिर उसने स्ट्रेचर पर पड़े अपने शरीर पर नज़र डाली।
उसने देखा कि उसके चेहरे पर IV लगा हुआ है, एक काली एम्बू बैग है, सिर पर सर्जिकल कवर है, सफेद चादरें हैं, और उसके बाएँ और दाएँ तीन कर्मचारी खड़े हैं। उसी क्षण नैन्सी ने कहा, "और फिर वही जानी-पहचानी सफेद रोशनी, चमकदार, सबसे खूबसूरत रोशनी, सुकून देने वाली, आरामदायक रोशनी मुझ पर छा गई।"
बाद में, उसके प्रेमी और पूर्व पति के साथ साक्षात्कार ने लिफ्ट के बाहर की घटनाओं की पुष्टि की। एम्बु बैग और कर्मचारियों की स्थिति ने उसे उन दो पुरुषों और अन्य विवरणों को देखने से रोक दिया होगा। इस बारे में, रिंग और कूपर कहते हैं, “इस प्रकार, हम यह निष्कर्ष निकालते हैं कि पूरी संभावना है कि नैन्सी के लिए अपनी आँखों से वह सब देखना संभव नहीं था जो उसने देखा… फिर भी, उसने देखा, और जैसा कि हमने जो पुष्ट गवाही प्रदान की है, उससे स्पष्ट है कि उसने सचमुच देखा… इसमें कोई संदेह नहीं है कि अंधों में भी

प्रत्यक्ष अनुभव होते हैं और, इसके अलावा, वे उसी सामान्य रूप को अपनाते हैं और उन्हीं तत्वों से बने होते हैं जो दृष्टि वाले व्यक्तियों के प्रत्यक्ष अनुभवों को परिभाषित करते हैं।” (15)
डॉ. रिंग के साथ मेरे रेडियो साक्षात्कार में, उन्होंने बताया कि दृष्टि विशेषज्ञों का एक पैनल चिकित्सीय समाधान निकालने में असमर्थ रहा।
इन निष्कर्षों की व्याख्या करने वाले स्पष्टीकरण। उन्होंने कहा कि यह शोध शारीरिक मृत्यु के बाद चेतना की निरंतरता के बारे में कई लोगों की मान्यताओं के लिए एक बहुत मजबूत सहायक तर्क प्रस्तुत करता है।

परिवर्तनकारी पहलू
प्रत्यक्ष अनुभव (एनडीई) का एक सामान्य और स्थायी पहलू इससे जुड़ा परिवर्तनकारी प्रभाव है। एनडीई का अनुभव करने वाले लोग अमरता में इतना दृढ़ विश्वास रखते हैं कि मृत्यु का भय लगभग पूरी तरह से समाप्त हो जाता है। एनडीई से बचे लोग आमतौर पर अपनी जीवन प्राथमिकताओं को पुनर्निर्धारित करते हैं और अक्सर दूसरों की सेवा से संबंधित अधिक सार्थक नौकरियों की ओर रुख करते हैं। वे अपने शरीर को अपने वास्तविक स्वरूप का माध्यम मानते हैं और अपना बेहतर ख्याल रखते हैं।
मेरे मित्र एड सार्नो, पीएचडी, को ओपन हार्ट सर्जरी के बाद एक प्रत्यक्ष अनुभव हुआ।
अस्पताल से घर आने के बाद पहले दिन सोने के समय, उसका मंद रोशनी वाला कमरा

कमरा तेज रोशनी से भर गया और उसने अपने जीवन में पहले कभी महसूस न की गई ऊर्जा, आनंद और शांति का अनुभव किया। उसे परलोक जाने या पृथ्वी पर रहने का विकल्प दिया गया। उसने यहीं रहने का फैसला किया। जैसे ही उसने यह चुनाव किया, रोशनी मंद पड़ गई और वह फिर से ऑपरेशन के बाद की दर्दनाक स्थिति में आ गया। लेकिन, उसने कहा, अब उसका जीवन पूरी तरह से बदल गया है। वह निःसंदेह जानता है कि वह हार नहीं सकता: अगर वह सौ साल की उम्र तक जीवित रहता है, तो यह बहुत अच्छा है; अगर आज उसकी मृत्यु हो जाती है, तो उसे उस अद्भुत यात्रा को फिर से शुरू करने का मौका मिलेगा जिसकी एक झलक उसे मिली थी।

निकट भविष्य के अनुभवों (एनडीई) के बाद एक उच्च शक्ति और अनंत जीवन में गहरी आस्था और आंतरिक विश्वास होना आम बात है। ये नाटकीय
इन अनुभवों से एक स्थायी आशा और उन चीजों का आश्वासन मिलता है जो दिखाई नहीं देतीं, लेकिन फिर भी अत्यंत वास्तविक हैं। इंटरनेशनल एसोसिएशन फॉर नियर-डेथ स्टडीज की पूर्व अध्यक्ष नैन्सी बुश ने कहा, "मृत्यु के निकट के अनुभवों से बचे अधिकांश लोग कहते हैं कि वे ईश्वर के अस्तित्व में विश्वास नहीं करते। वे जानते हैं।"
यूएस न्यूज एंड वर्ल्ड रिपोर्ट के एक लेख में कहा गया है, "मृत्यु के निकट के अनुभव की प्रकृति चाहे जो भी हो, यह कुछ लोगों के जीवन को बदल देता है।" शराबी खुद को शराब पीने में असमर्थ पाते हैं। कट्टर अपराधी दूसरों की मदद करने का जीवन चुनते हैं। नास्तिक किसी ईश्वर के अस्तित्व को स्वीकार करते हैं, जबकि किसी विशेष धर्म के कट्टर अनुयायी किसी भी चर्च, मंदिर या मस्जिद में स्वागत महसूस करते हैं। इसके अलावा, जिन लोगों ने प्रत्यक्ष अनुभव (एनडीई) का अनुभव किया, वे अधिक परोपकारी, कम भौतिकवादी और अधिक प्रेमशील बन गए। अनंत काल का सामना करने के बाद, एनडीई से लौटने वाले लोग अक्सर अहंकार बढ़ाने वाली उपलब्धियों के प्रति अपनी रुचि खो देते हैं। (16) बच्चों में भी ऐसे सकारात्मक बदलाव देखने को मिलते हैं। बाल चिकित्सा एनडीई (नॉन-ड्रग एक्सपीरियंस) पर किए गए अध्ययनों से पता चलता है कि वे अधिक खुश रहते हैं और उनमें ये बदलाव कम होते हैं।
वे नशा न करने वाले, बेहतर रिश्तों का आनंद लेने वाले और आम तौर पर अपने आसपास के लोगों की तुलना में अधिक आशावादी होते हैं। प्रकाश और परलोक के दर्शन का उनका अनुभव उनके पूरे जीवन पर सकारात्मक प्रभाव डालता है। दिलचस्प बात यह है कि रूढ़िवादी धार्मिक शिक्षाओं के विपरीत होने के बावजूद, मृत्यु के अनुभव करने वाले लोग मृत्यु को न तो धधकती नरक में प्रवेश के रूप में और न ही सुनहरे रास्तों के रूप में वर्णित करते हैं। इसके बजाय, वे आमतौर पर मृत्यु को एक संक्रमण, चेतना की एक उच्च अवस्था में प्रवेश के रूप में वर्णित करते हैं। अन्य तुलनाएँ पुनर्मिलन, घर वापसी, जागृति, स्नातक होने या जेल से भागने से की जाती हैं। वे सृष्टिकर्ता को दंड देने वाले, न्याय करने वाले तानाशाह के रूप में नहीं, बल्कि एक पूर्णतः निष्पक्ष और प्रेममय उपस्थिति के रूप में देखते हैं।

यह नियम हर किसी पर लागू होता है, चाहे उन्होंने धरती पर कितने ही पापी या बुरे कर्म किए हों। जैसा कि कई प्रत्यक्ष अनुभवकर्ताओं ने कहा है, आप उस एक के साथ एक हैं और स्रोत का हिस्सा हैं।

ईश्वर और परलोक में विश्वास न करने वालों में भी उतने ही अच्छे बदलाव आते हैं जितने विश्वासियों में। प्रत्यक्ष अनुभव (एनडीई) के बाद, लगभग सभी लोग आध्यात्मिक रूप से अधिक उन्मुख हो जाते हैं। वे सीख जाते हैं कि सिद्धांतों के बजाय प्रेमपूर्ण करुणा पर जोर देना ही जीवन है।
और संप्रदायों के बीच का अंतर सबसे महत्वपूर्ण है और यह कि प्रकाश सर्वव्यापी है।
मृत्यु के निकट के अनुभव आमतौर पर अधिक ज्ञानवर्धक धार्मिक विचारों को जन्म देते हैं। प्रकाश का प्रत्यक्ष अनुभव कर चुके ये लोग जान जाते हैं कि सृष्टिकर्ता पूर्णतः और सदा क्षमाशील तथा समझदार है।
उन्होंने लगभग असहनीय स्तर के प्रेम और स्वीकृति का अनुभव किया है और वे जानते हैं कि अनंत प्रतिशोधी नहीं है और
यह तर्कहीन है। अधिकांश प्रत्यक्ष अनुभव पीड़ितों को अब न तो धधकती हुई नरक जैसी आग में शाश्वत दंड का भय है और न ही वे ऐसे किसी स्थान के अस्तित्व में विश्वास करते हैं।
मूडी ने कहा, “मैंने जिस एक प्रत्यक्ष अनुभव वाले व्यक्ति से बात की, वह अग्नि और गंधक के उपदेश देने वाला एक पादरी था। उसने बताया कि वह अक्सर अपनी मंडली से कहता था कि यदि वे बाइबल पर एक निश्चित तरीके से विश्वास नहीं करते, तो उन्हें हमेशा के लिए जलने की सजा मिलेगी। जब उसने प्रत्यक्ष अनुभव किया, तो उसने कहा कि प्रकाश के उस स्वरूप ने उससे कहा कि ऐसा न करें।
अब वह अपने अनुयायियों से इस तरह बात नहीं करना चाहता था। लेकिन उसने यह बात बिना किसी दबाव के कही। उसने बस इतना संकेत दिया कि वह जो कर रहा था उससे उसके अनुयायियों का जीवन दयनीय हो रहा था। जब यह उपदेशक फिर से मंच पर लौटा, तो उसने प्रेम का संदेश दिया, भय का नहीं। (17)
NDE का अनुभव करने वाले लोग आमतौर पर सार्वभौमिक मोक्ष के प्रश्न पर सकारात्मक राय रखते हैं, यानी सभी के लिए एक अनंत स्वर्गीय अस्तित्व का अवसर। कुछ लोग सवाल उठाते हैं कि क्या स्रोत ऊर्जा सभी को, विशेष रूप से

बलात्कार, हत्या और यौन उत्पीड़न जैसे नैतिक रूप से निंदनीय कृत्यों को अंजाम देने वालों को, समाहित करती है। डॉ. रिंग ने कहा कि NDE का अनुभव करने वालों का उत्तर स्पष्ट है: हर कोई प्रकाश में प्रवेश कर सकता है। यह कुछ शिक्षाओं के विपरीत है और कुछ लोग सवाल करते हैं, "क्या हिटलर भी?"
इस बारे में रिंग ने कहा, “मुझे एक ऐसे व्यक्ति का जवाब याद है जिसे मेरी एक मित्र ने इस प्रश्न के उत्तर के रूप में दिया था, जिसे बचपन में उसके पिता द्वारा गंभीर यौन और शारीरिक शोषण का सामना करना पड़ा था। जब उसने स्वयं को प्रकाश में पाया, तो उसने टेलीपैथिक रूप से पूछा, 'क्या हर कोई यहाँ आता है?' उसे बताया गया, 'हाँ।' फिर, उसने स्वयं वही प्रश्न पूछा जो अधिकांश लोगों के लिए सीमा का प्रतिनिधित्व करता है: 'क्या हिटलर भी?' 'हाँ।' और फिर, प्रकाश को और आगे बढ़ाते हुए, उसने स्वयं से पूछा, 'क्या मेरे पिता भी?' फिर से, 'हाँ।'” (17)

शरीर से बाहर के अनुभव
शरीर से बाहर निकलने का अनुभव (ओबीई) आमतौर पर किसी व्यक्ति की चेतना के शरीर से बाहर निकलने को संदर्भित करता है, जबकि वह चिकित्सकीय रूप से मृत नहीं होता। ओबीई कभी-कभी ध्यान की अवस्था में अनायास ही घटित होते हैं; सूक्ष्म यात्रा (एस्ट्रल ट्रैवल) इसका एक उदाहरण है। गहन अनुभव, जैसे कि प्रसव या आसन्न खतरे में होना, भी ओबीई को ट्रिगर कर सकते हैं। अतीत में, लोग पागल समझे जाने के डर से अक्सर ऐसी घटनाओं को अपने तक ही सीमित रखते थे। इस प्रकार, ओबीई की आवृत्ति रिपोर्ट की गई संख्या से कहीं अधिक होने की संभावना है।
मेरी एक कार्यशाला में अपनी माँ के साथ आई एक दस वर्षीय लड़की ने दो साल की उम्र में हुए अपने प्रत्यक्ष अनुभव का वर्णन किया। उसकी माँ ने पहली बार उसे एक बेबीसिटर के पास छोड़ा था और स्पष्ट निर्देश दिए थे कि अगर बच्ची रोए तो उसका ध्यान रखे। हालाँकि, बेबीसिटर ने...
बच्चे के पालन-पोषण के बारे में उनके अपने विचार थे और जब बच्ची रोई तो उन्होंने उसे अनदेखा कर दिया। पहली बार अपनी माँ से कोई सांत्वना न मिलने पर, नन्ही बच्ची तब तक रोती रही जब तक कि उसके साथ एक अजीब घटना नहीं घटी। हालांकि वह अपने पालने से खिड़की से बाहर नहीं देख पा रही थी, लेकिन उसे नीचे फुटपाथ पर अपना ही एक रूप दिखाई दिया। उस दूसरे रूप ने उसे दिलासा

दिया और कहा कि सब ठीक हो जाएगा। शिशु का प्रत्यक्ष अनुभव जारी रहा और उसकी चेतना धीरे-धीरे बैठक कक्ष में पहुँच गई जहाँ उसने बेबीसिटर को देखा। उसे अपने कपड़े और बेबीसिटर का चेहरा याद था। उसकी माँ ने उस बच्ची द्वारा बताई गई बातों की पुष्टि की, जो अपनी उम्र से कहीं अधिक समझदार लग रही थी। रॉबर्ट मोनरो, जिन्होंने 'जर्नीज़ आउट ऑफ़ द बॉडी' लिखी, के साथ एक ऐसा अनुभव हुआ जिसकी पुष्टि भौतिक साक्ष्यों से हुई। मोनरो ने अपने भौतिक शरीर से बाहर यात्रा करने की अपनी क्षमता का पता लगाया और वे दूसरे राज्य में छुट्टी मना रहे एक सहकर्मी से गैर-भौतिक रूप से मिलना चाहते थे। जैसा कि वकील सिडनी फ्रीमैन ने 'लाइफ आफ्टर डेथ' में बताया है:
वह चाहता था कि उसे यह मुलाकात याद रहे, इसलिए उसने कहा कि वह उसे चुटकी काटेगा। "अरे, ऐसा करने की ज़रूरत नहीं है, मुझे याद रहेगा," उसने मन ही मन जवाब दिया। फिर भी, उसने उसकी कमर के ठीक ऊपर, बगल में चुटकी काट ली। उसने धीरे से चुटकी काटने की कोशिश की। वह दर्द से चीख पड़ी।
उस मंगलवार को वे दोनों काम पर लौट आए। उसने पूछा, क्या उसे वह मुलाकात याद है? उसने कहा, "नहीं।"
क्या उसे वो चुभन याद थी? “क्या वो तुम थे?” उसने जवाब दिया। “मैं वहाँ बैठी लड़कियों से बात कर रही थी कि अचानक मुझे एक ज़ोरदार चुभन महसूस हुई। मैं शायद एक फुट उछल गई थी। मुझे लगा मेरा भाई-
मेरे ससुराल वाले वापस आ गए थे और चुपके से मेरे पीछे आ गए। मैं मुड़ गई।

लेकिन वहां कोई नहीं था। मुझे जरा भी अंदाजा नहीं था कि यह तुम हो!” वे उसके निजी दफ्तर में गए। उसने अपनी स्वेटर को स्कर्ट से थोड़ा ऊपर उठाया।
ठीक उसी जगह पर दो भूरे और नीले निशान थे जहां उसने उसे चुटकी काटी थी। उसने उसे चोट पहुंचाने के लिए माफी मांगी।
उसने सोचा कि उसने यह काम धीरे से किया था और कहा कि वह ऐसा दोबारा नहीं करेगा। इस उल्लेखनीय घटना ने शरीर से बाहर निकलने के शारीरिक प्रभाव को दर्शाया। (18)
1974 में, एक सुहावने बसंत के दिन घास पर लेटे हुए ध्यान करते समय मुझे एक गहन प्रत्यक्ष अनुभव हुआ। लगभग बीस मिनट बाद, मुझे ऐसा लगा जैसे मेरा शरीर धरती का हिस्सा बन रहा हो। मुझे अपने हाथ-पैर महसूस नहीं हो रहे थे और ऐसा लग रहा था जैसे मेरी चेतना आकाश में कई मील ऊपर पहुँच गई हो। उस क्षण,

मृत्यु और परिवर्तन का मेरा भय नाटकीय रूप से कम हो गया। मुझे पूर्ण विश्वास हो गया कि एक ऐसी महान वास्तविकता है जो शारीरिक परिवर्तन को अपेक्षाकृत अर्थहीन बना देती है। चालीस वर्ष से अधिक समय बीत जाने के बाद भी, उस अनुभव की स्मृति अभी भी स्पष्ट और प्रेरणादायक है।

निष्कर्ष और कार्रवाई के चरण
वर्तमान एनडीई अनुसंधान उन संशयवादियों के दावों का सफलतापूर्वक खंडन करता है जो मानते हैं कि एनडीई को केवल ऑक्सीजन की कमी जैसे शारीरिक परिवर्तनों से ही समझाया जा सकता है। इसी प्रकार, एनडीई के विभिन्न पहलुओं, जैसे कि दृष्टिहीन व्यक्तियों द्वारा देखे गए प्रत्यक्ष अनुभव, को मनोवैज्ञानिक गतिकी से संतोषजनक ढंग से नहीं समझाया जा सकता। इस खंड में दिए गए प्रमाणों को तब तक समझाना बहुत कठिन है जब तक कि मानव अनुभव में वास्तव में कोई अलौकिक तत्व मौजूद न हो।
सुझाए गए कार्रवाई चरणों में निम्नलिखित शामिल हैं:
∞ इस विषय पर और अधिक पढ़ें और अध्ययन करें।
∞ अपने परिवार, दोस्तों और सहकर्मियों से पूछें कि क्या उन्हें या उनके किसी परिचित को कभी प्रत्यक्ष अनुभव (एनडीई) हुआ है।
∞ यदि संभव हो, तो किसी ऐसे व्यक्ति से बात करें जिसने प्रत्यक्ष अनुभव (एनडीई) का अनुभव किया हो।
∞ इस बात पर विचार करें कि यह जानकारी वास्तविकता के निरंतर स्तरों में आपके विश्वास को कैसे प्रभावित करती है।

लाभ

जीवन की सभी लय के प्रति अधिक विश्वास, यहाँ तक कि उन लय के प्रति भी जिनमें दुख और त्रासदी शामिल हैं।

बीमारी, विकलांगता, टूटे रिश्ते, आर्थिक नुकसान, असंतुष्ट या बेजान नौकरियां, अधूरे सपने, क्रूरता और अन्याय। कई बार ये जीवन का अभिन्न अंग बन जाते हैं। और इसमें आपकी अपनी मृत्यु या आपके परिवार और दोस्तों की मृत्यु शामिल नहीं है, जिनके बारे में पहले ही चर्चा हो चुकी है। न ही इसमें जीवन के अपरिहार्य बदलाव जैसे बुढ़ापा और अन्य चीजें शामिल हैं, जिनके बारे में मैं बाद में बात करूंगा।
जब मेरी छोटी बेटी ने हाई स्कूल से स्नातक की उपाधि प्राप्त की, तो एक के बाद एक मुस्कुराते हुए छात्रों ने अपनी डिप्लोमा प्राप्त की, वे अपने पाठों को पूरा करने को लेकर बेहद उत्साहित थे।
मुझे इनमें से कुछ छात्रों की अंदरूनी कहानी पता थी। मेलिंडा थी, जिसकी माँ कुछ साल पहले एक दुर्लभ संक्रमण के कारण चल बसीं। चाड था, जिसके पिता का हाल ही में दिल का दौरा पड़ने से निधन हो गया।
हमला। मेगन, जांच सर्जरी के बाद अभी-अभी अस्पताल से छुट्टी पाई है और संभवतः उसे आगे कैंसर से जूझना पड़ेगा।

वहाँ ब्रांडी थी, जिसके माता-पिता का तलाक तब हो गया था जब वह छोटी थी, और रूथ थी, जिसके माता-पिता स्नातक समारोह समाप्त होने के बाद अलग होने का इंतजार कर रहे थे। टॉम को गोद लिया गया था और वह अपने जैविक माता-पिता को कभी नहीं जान पाया।
स्पाइना बिफिडा के कारण व्हीलचेयर पर निर्भर एमी को इस खुले मैदान में आयोजित दीक्षांत समारोह में ऊबड़-खाबड़ ज़मीन पर धकेल कर ले जाना पड़ा। समारोह के दौरान, उसने कई बार अपनी पीली और मुरझाई हुई टांगों की ओर देखा और उन्हें अपने गाउन से ढक लिया—शायद धूप से बचाने के लिए, या शायद आत्म-चेतना के कारण।
पृथ्वी ग्रह पर जीवन में आपका स्वागत है। यह कभी-कभी बहुत कठिन, सुखद-दुखद और डरावना होता है। और कभी-कभी बहुत समृद्ध और अद्भुत भी। यह खुशियों से भरा हुआ है।
विकास और सेवा के अवसर, विशेषकर चुनौतियों और पीड़ा का सामना करते समय। मैं जीवन की चुनौतियों पर चर्चा करता हूँ ताकि पीड़ा से जूझ रहे लोगों को दर्द से उबरने में मदद मिल सके। कठिनाइयाँ निश्चित रूप से जीवन का हिस्सा बन सकती हैं।

उन लोगों के लिए शुभकामनाएँ जो हर परिस्थिति में सकारात्मक पहलू देखते हैं। जैसा कि कहावत है, "एक दरवाजा बंद होता है तो दूसरा खुल जाता है— लेकिन कुछ समय के लिए गलियारा मुश्किल भरा हो सकता है!" कठिनाइयों से सीखते हुए आगे बढ़ना आसान नहीं है, लेकिन संभव है। एक बेहतर जीवन जीने के लिए, याद रखें कि बदलाव का मतलब नुकसान नहीं होता।
अस्पतालों, मानसिक स्वास्थ्य केंद्रों और समग्र स्वास्थ्य देखभाल केंद्रों में हजारों लोगों की सेवा करते हुए पिछले पैंतालीस वर्षों में मैंने बहुत सारी कठिनाइयाँ देखी हैं। मैं और कई अन्य लोग स्वाभाविक रूप से पूछते हैं: "इतनी पीड़ा क्यों है?"
इस बड़े सवाल पर कुछ सामान्य टिप्पणियां यहां दी गई हैं।
जीवन में इतना दुख क्यों है, इस प्रश्न के उत्तर में बुद्ध ने कहा था, "यह तुम्हारा काम नहीं है।" इस बात पर थोड़ा विचार कीजिए और अपने हास्यबोध को साथ रखना न भूलें।

उनकी टिप्पणी इस तथ्य को संबोधित करती है कि जीवन रहस्यों से भरा है और आध्यात्मिक रूप से जागृत व्यक्ति इसे किसी और रूप में नहीं देखना चाहेगा। अज्ञात से जूझना ही आत्माओं को इस भौतिक जगत की ओर आकर्षित करता है। जब आपका जीवन सुचारू रूप से नहीं चल रहा होता है, जब आप घोर निराशा में होते हैं, और जब सब कुछ अस्त-व्यस्त हो जाता है, तभी आप सबसे तेजी से और गहराई से विकसित हो सकते हैं। यही वह समय होता है जब आप महत्वपूर्ण प्रश्न पूछते हैं और सार्थक उत्तरों की खोज करते हैं।
साथ ही, यह भी समझें कि समय पूर्णतः वास्तविक नहीं है और काफी हद तक मानव निर्मित है। पृथ्वी पर आपका जीवन, चाहे कितना भी लंबा प्रतीत हो, अनंत काल के सापेक्ष पलक झपकने जितना ही है। इसलिए याद रखें कि आपका दुख केवल थोड़े समय के लिए ही है।
अब याद रखिए कि आप ऊर्जा का एक अविनाशी रूप हैं। आपका वास्तविक स्वरूप मर नहीं सकता। हाँ, मुझे पता है कि मानवीय दृष्टिकोण से ऐसा प्रतीत नहीं होता, लेकिन सोचिए कि सूर्य अस्त होते ही गायब हो जाता है। आपका ऊर्जा शरीर, व्यक्तित्व, स्मृतियाँ - आपके भौतिक आवरण को छोड़कर आपके बारे में सब कुछ - शारीरिक मृत्यु के बाद भी उसी निश्चितता के साथ बना रहता है जैसे कल सूर्य का उदय होगा।
अंत में, इस संभावना पर विचार करें कि आपने—एक आत्मा के रूप में—जीवन की सबसे बड़ी चुनौतियों को निरंतर विकास और दूसरों की पूर्ण सेवा करने के मार्ग के रूप में चुना है। अनेक प्रमाण इस बात की पुष्टि करते हैं। ऐसे में, जीवन के सभी अनुभवों को—न केवल आसान या आनंददायक अनुभवों को— विश्वास, साहस और गरिमा के साथ क्यों न अपनाएं?

हालांकि विशुद्ध सांसारिक दृष्टिकोण से यह कठिन प्रतीत हो सकता है, लेकिन ऐसा लगता है कि हमारा अनंत स्वरूप कभी-कभी स्वेच्छा से कठिन घटनाओं का अनुभव करने के लिए आगे आता है। साहसी आत्माएं चुनौतीपूर्ण अवसरों का स्वागत करती हैं क्योंकि वे अपने व्यापक वास्तविकता के दृष्टिकोण से स्पष्ट रूप से जानती हैं कि कठिन समय आध्यात्मिक शक्ति का निर्माण कर सकता है।

इस महत्वपूर्ण विषय के बारे में अधिक जानने के लिए, लेख #25: प्रसवपूर्व योजना पढ़ें। प्रसवपूर्व योजना नामक ऑडियो उत्पाद घर पर उपयोग के लिए है; यह SoulProof.com पर शॉप सेक्शन में उपलब्ध है।
इसे समझने का एक तरीका यह है। क्या आप एक मिनट के लिए अपने अंगूठों के सहारे लटकेंगे अगर इससे एक बच्चे की जान बच जाए? दस बच्चों की जान बचाने के लिए दस मिनट या साठ बच्चों की जान बचाने के लिए एक घंटा? लगभग हर कोई इन सवालों का जवाब 'हां' में देगा। यह समझना आसान है कि आपका यह क्षणिक कष्ट इसके फायदों के मुकाबले कितना कम होगा।
मेरे दोस्तों, आपके कष्टों से जो विकास और आशीर्वाद प्राप्त होते हैं – भले ही आप अभी उन्हें समझ न पाएं – वे आपकी कल्पना से परे हो सकते हैं। और यही मेरी आपके लिए सर्वोच्च सलाह है, चाहे आप कितना भी कष्ट झेल रहे हों: दूसरों की सेवा पर ध्यान केंद्रित करें और अपना सर्वश्रेष्ठ रूप बनें। ये दो लक्ष्य आपके जीवन में शांति, आनंद और संतुष्टि का संचार करेंगे, चाहे आपका जीवन कितना भी कठिन क्यों न हो।
हालांकि, कष्ट सहने से कहीं अधिक शांतिपूर्ण और सुखद तरीके से सीखना संभव है। महत्वपूर्ण सबक सीखने के लिए कष्ट सहना आवश्यक नहीं है। जब आपके भीतर प्रेम, शांति, आनंद, कृतज्ञता और उत्साह प्रबल होते हैं, तो आप अपने जीवन के हर पहलू में इन्हीं गुणों को आकर्षित कर सकते हैं।
जीवन की कठिन घटनाओं को अधिक सहजता और शांति से स्वीकार करने से हमें उनसे मिलने वाले सबक बेहतर ढंग से सीखने में मदद मिलती है। जी हां, लक्ष्य निर्धारित करें और सपने देखें। लेकिन जब अप्रत्याशित परिणाम सामने आएं, तो लचीले और आत्मविश्वासी बनें और छिपी हुई खुशियों को पहचानें।
जीवन को इस प्रकार खूबसूरती से रचा गया है कि यह आपको प्रेम, विकास और सेवा के सर्वोत्तम पहलुओं के लिए आवश्यक चीजें प्रदान करे, न कि हमारे अहंकार की इच्छाओं को। यह ज्ञान प्रार्थना में परिलक्षित होता है, "हे प्रभु, मेरी नहीं, तेरी इच्छा पूरी हो।" जीवन के व्यापक परिप्रेक्ष्य को समझने वाला व्यक्ति यह स्वीकार करता है कि ब्रह्मांड में हमेशा एक महान ज्ञान और अर्थ विद्यमान रहता है - यहां तक कि त्रासदी के बीच भी।
मुझे पता है कहना आसान है, करना मुश्किल, पर यह किया जा सकता है। आप अकेले नहीं हैं। एक अद्भुत प्रेम, शक्ति और बुद्धि अनंत काल तक आपका मार्गदर्शन और सहायता करती है। एक सुझाव यह है कि प्रतिदिन प्रार्थना करें।

स्पष्टता, शांति और साहस के लिए। फिर पंद्रह मिनट तक शांति से बैठें, धीरे- धीरे और गहरी सांस लें, और अपने दिल की सुनें। समय के साथ, आपको शायद अपने सवालों के जवाब मिल जाएंगे।
यह प्रमाण आज और हर दिन आपको प्रकाश और रोशनी प्रदान करे, जब आप अनंत काल की यात्रा पर निकलकर यह जान सकें कि आप कौन हैं: एक शाश्वत प्राणी जो अनेक प्रकार के अनुभव प्राप्त कर रहा है – कुछ सुखद, कुछ दुखद – लेकिन सभी महत्वपूर्ण। आप हमेशा इस बात को गहराई से जानें कि एक दिन, नौ महीने के मार्क की तरह, जो लगभग मरते-मरते बचा था, आप भी ईश्वर के साथ खेतों में दौड़ सकेंगे और दोहरी छलांग भी लगा सकेंगे!

चमत्कारिक और रहस्योद्घाटनकारी अनुभव

एक पुलिस अधिकारी यातायात नियंत्रित कर रहा था और उसने सामने से आ रही कारों को रुकने का इशारा किया था। उसने अपना हाथ ऊपर रखा और एक पल के लिए दूसरी तरफ देखा। जब उसने वापस देखा, तो एक बड़ी कार अभी भी बहुत तेज़ी से आ रही थी और ज़ोर-ज़ोर से ब्रेक लगा रही थी। कार अब उससे कुछ ही फीट दूर थी, उसे एहसास हुआ कि वह समय पर रुक नहीं पाएगी और वह
उसने धीरे से कहा, "भगवान मेरी मदद करें!" अगले ही पल, वह फुटपाथ से उठकर कई लेन दूर जा गिरा। फिर भी उसे कोई चोट या खरोंच नहीं आई, और किसी ने भी उसे हवा में उड़ते हुए नहीं देखा।
या भूमि।
यह सिर्फ स्थान में तत्काल बदलाव था।
इस चमत्कार का अनुभव करने वाले व्यक्ति ने मेरे कार्यशाला समूह को बताया: “इससे पहले, मैं वास्तव में ईश्वर और इन सब बातों में विश्वास नहीं करता था। मुझे ठीक से नहीं पता कि उस दिन क्या हुआ था, लेकिन तब से मैं दृढ़ विश्वासी बन गया हूँ।”
चमत्कारिक कहानियाँ मन में शांति और आस्था की भावना जगाती हैं—यह याद दिलाती हैं कि बाहरी परिस्थितियों के विपरीत होने के बावजूद, एक दिन सब

कुछ सार्थक हो जाएगा। इन्हें आमतौर पर वस्तुनिष्ठ रूप से मापा नहीं जा सकता, लेकिन ये आपको अदृश्य स्रोतों से सहायता प्राप्त करने का आश्वासन दे सकती हैं।
जब आप अपनी इंद्रियों को थोड़ा विस्तृत करते हैं और एकाग्रचित्त रहते हैं, तो आपको प्रत्यक्ष रूप से एहसास होता है कि कितने चमत्कार व्याप्त हैं। उदाहरण के लिए, एक छोटे से बीज से एक विशाल बलूत के पेड़ का उदय, दो कोशिकाओं के जुड़ने के नौ महीने बाद एक पूर्ण विकसित शिशु का जन्म, और प्रकृति का वसंतकालीन नवीनीकरण। हर

जीवन का यह पहलू अविश्वसनीय रूप से चमत्कारी है, लेकिन कुछ संशयवादियों के लिए यह पर्याप्त नहीं है। इसलिए, समय-समय पर, यह वास्तव में प्रभावशाली होता है।
ऐसे चमत्कार घटित होते हैं जो समस्त सृष्टि की भव्यता के प्रति श्रद्धा की भावना उत्पन्न करते हैं।
संत ऑगस्टीन ने कहा था, “चमत्कार प्रकृति के विरुद्ध नहीं होते, बल्कि प्रकृति के बारे में हमारे ज्ञान के विपरीत होते हैं।” वैज्ञानिक और पूर्व अंतरिक्ष यात्री डॉ. एडगर मिशेल ने भी इसी विचार का समर्थन करते हुए कहा, “कोई भी घटना अप्राकृतिक या अलौकिक नहीं होती, बल्कि प्राकृतिक तथ्यों के बारे में हमारे ज्ञान में बहुत बड़ी कमियाँ हैं। हमें अज्ञानता की इन कमियों को भरने का प्रयास करना चाहिए।”
जीवन भर मुझे चमत्कारों और आध्यात्मिक अनुभवों का आशीर्वाद मिला है। पाँच वर्ष की आयु में मेरे माता-पिता ने मुझे एक सुंदर सूर्यास्त दिखाया और मैंने उनसे कहा कि यह मुझे ईश्वर की याद दिलाता है। बीस वर्ष बाद जब मैंने धर्मशास्त्र का अध्ययन शुरू किया, तब तक उन्होंने यह बात मुझसे साझा नहीं की थी। मेरे माता-पिता को घर या चर्च में ऐसी किसी शिक्षा का ज्ञान नहीं था जिससे मैं समस्त अस्तित्व के आधार को एक शानदार सूर्यास्त से जोड़ सकूँ। शायद मेरे मन में पूर्व-पृथ्वी के अनुभवों की यादें थीं।
बारह वर्ष की आयु में, मैं अकेले बैठकर एक प्रख्यात व्यक्ति की मृत्यु की खबर पढ़ रहा था, जिनका अभी-अभी निधन हुआ था। जैसे ही मैंने ऊपर देखा, हमारे तिरछे कांच की खिड़कियों से प्रकाश छनकर आया और मैं गहरी सोच में डूब गया।
एक शांत, प्रेमपूर्ण आवाज या विचार ने कहा, “मार्क, एक दिन तुम भी मरोगे। इस

बीच तुम अपने जीवन का क्या करोगे? क्या तुम इस दुनिया को एक बेहतर जगह बनाकर जाओगे या बस यहाँ दफन रहोगे?” इन और अन्य अनुभवों ने मुझे आत्मा और मृत्यु के बाद के जीवन से संबंधित विषयों का अध्ययन करने के लिए प्रेरित किया।
खुले विचारों वाला संशय स्वस्थ होता है, लेकिन अत्यधिक संदेह असाधारण अनुभवों की सराहना में बाधक बन सकता है। कुछ लोग चमत्कारों का अनुभव करते हैं, कम से कम छोटे-मोटे चमत्कारों का, लेकिन वे अपनी इंद्रियों पर संदेह करते हैं और उन्हें धारणा की गड़बड़ी मानकर खारिज कर देते हैं। समय-स्थान के विभिन्न पहलुओं के प्रति नई जागरूकता शुरू में काल्पनिक लग सकती है और समय बीतने के साथ-साथ अवास्तविक भी लग सकती है।
अन्य लोग उन व्यक्तिगत चमत्कारों को कमतर आंक सकते हैं जो अपेक्षा से अधिक सूक्ष्म और क्षणभंगुर होते हैं। मेरा मानना है कि लोग अधिक जागरूक होंगे। यदि हम प्रार्थना करें और जीवन के चमत्कारों के प्रति खुले रहें तो हम उन्हें देख सकते हैं। नियमित रूप से प्रार्थना करने, ध्यान करने, आध्यात्मिकता का अध्ययन करने, प्रकृति के साथ समय बिताने और अन्य गतिविधियों से आपके आध्यात्मिक अनुभव बढ़ने की संभावना है।
दूसरों की सेवा करो।

एन्जिल एनकाउंटर्स
देवदूतों से मुलाकातें काफी आम चमत्कार हैं जो यह दर्शाते हैं कि जीवन का अर्थ केवल भौतिक आयाम तक ही सीमित नहीं है। अनेक लेखकों, कवियों, कलाकारों और दूरदर्शी लोगों ने देवदूतों के दर्शन का वर्णन किया है। कई पुस्तकों और वृत्तचित्रों में जीवन के विभिन्न क्षेत्रों से जुड़े लोगों के देवदूतों से जुड़े अनुभवों का वर्णन किया गया है। प्रत्यक्ष अनुभव (एनडीई) की तरह ही, इसका सबसे बड़ा प्रमाण ऐसी मुलाकातों की विशाल संख्या है, विशेषकर वे जिनमें प्रमाणिक तत्व शामिल हैं।
सोफी बर्नहैम ने अपनी किताब 'ए बुक ऑफ एंजल्स' में युवा मर्लिन मैकडोनाल्ड से जुड़ी एक कहानी सुनाई है। माता-पिता द्वारा स्कूल छोड़े जाने के बाद, मर्लिन अचानक एक कार के सामने आ गई और उससे टकराकर हवा में उछल गई। उसके माता-पिता बेबस होकर देखते रहे जब वह फुटपाथ पर गिरी और लुढ़कती हुई एक बड़े, खुले नाले की ओर बढ़ी। लेकिन जैसा कि उम्मीद थी, नाले में गिरने के

बजाय, वह अचानक नाले के किनारे पर रुक गई। माता-पिता ने यह कहानी डॉक्टर को सुनाई, और वे सभी आश्चर्य से सिर हिलाते रहे।
वह बच्ची इतनी तेज़ी से लुढ़क रही थी, फिर भी अचानक सीवर के बिल्कुल किनारे पर कैसे रुक गई? आश्चर्य से भरी आवाज़ में, मैरिलिन सोफे से उठी और बोली, "लेकिन क्या तुमने उस विशाल, सुंदर देवदूत को सीवर में खड़े होकर मुझे अंदर लुढ़कने से रोकने के लिए अपने हाथ ऊपर उठाते हुए नहीं देखा?" (1)
इस प्रकार के हस्तक्षेपों का वर्णन सभी धर्मों के शास्त्रों में मिलता है।
यहूदी कबालाह के अनुसार 49 मिलियन स्वर्गदूत हैं। कुरान में स्वर्गदूतों के अपने प्रभु की कृपा से धरती पर उतरने का वर्णन है। बाइबल के भजन संहिता 91 में, स्रोत का उल्लेख करते हुए कहा गया है: “वह अपने स्वर्गदूतों को तेरे विषय में यह आदेश देगा कि वे तेरे सब मार्ग में तेरी रक्षा करें। वे तुझे अपने हाथों में उठा लेंगे, ताकि तेरा पैर किसी पत्थर से न टकराए।” या फिर, जाहिर तौर पर, एक तूफानी नाला।
ईसाई धर्म, यहूदी धर्म, इस्लाम, बौद्ध धर्म, ताओवाद, हिंदू धर्म और पारसी धर्म में देवदूतों का विशेष महत्व है। प्राचीन असीरियन, मेसोपोटामियन, वाइकिंग और ग्रीक संस्कृतियों में भी देवदूतों को मान्यता दी जाती थी, और दुनिया भर की लगभग सभी संस्कृतियों में किसी न किसी रूप में उन्हें मान्यता मिली है। दांते, मिल्टन, गोएथे, स्वीडनबर्ग और स्टाइनर को देवदूतों के दर्शन हुए थे। जॉर्ज वाशिंगटन, कार्ल जंग और जॉनी कैश जैसी हस्तियों ने भी देवदूतों को देखने का दावा किया है।
देवदूतों के दर्शन के वृत्तांतों में अक्सर ऐसे दिलासा भरे संदेश शामिल होते हैं कि आपका वास्तविक स्वरूप कभी नहीं मरता, और शारीरिक मृत्यु के बाद आप अपने प्रियजनों से फिर मिलेंगे। ऐसे आश्वासन आपको याद दिलाते हैं कि कितना कुछ

आप सृष्टिकर्ता और उच्चतर ऊर्जा सहायता के प्रिय हैं और उनकी देखरेख में हैं।
कई मरते हुए बच्चों ने स्वर्गदूतों को देखा है। बर्नहैम एक ऐसे छोटे लड़के के बारे में बताते हैं जो मृत्यु के करीब था और उसने अपनी माँ को यह कहकर सांत्वना दी, "रो मत।"

क्या तुम्हें खिड़की से मेरी परी दिख रही है? वो मुझे बता रही है कि मैं मछली पकड़ने जा रहा हूँ। अब भला ऐसी हालत में कोई बच्चा ये बात कैसे और क्यों गढ़ सकता है?
अनेक प्रमाण यह दर्शाते हैं कि विशेषकर विपत्तियों के दौरान, स्वर्गदूत हमेशा आपकी सहायता करते हैं। कुछ लोग स्वर्गदूतों की सहायता पर विश्वास नहीं करते क्योंकि स्वाभाविक रूप से यह प्रश्न उठता है, "यदि स्वर्गदूत कुछ लोगों की सहायता करते हैं, तो वे संकट में फंसे सभी लोगों की सहायता क्यों नहीं करते?" इस उत्कृष्ट प्रश्न के संबंध में मेरी समझ इस प्रकार है:
◆ देवदूत दूसरों पर अपनी इच्छा नहीं थोपते। अगर लोग गलत फैसले लेने पर अड़े रहते हैं, तो यह उनकी अपनी मर्जी है।
◆ हमें पहले सहायता के लिए अनुरोध करना होगा, और फिर यह समझना होगा कि यह हमेशा उस तरह, उस समय और उस स्थान पर नहीं मिलेगी जहाँ हम इसकी अपेक्षा करते हैं।
◆ हमें कभी पता नहीं चलेगा कि हमें कितनी बार मदद मिलती है। सहायता का पता लगाना मुश्किल हो सकता है और यह निवारक भी हो सकती है।
◆ आत्माओं ने विकास में सहायता के लिए महत्वपूर्ण चुनौतियों का चयन किया होगा और स्वर्गदूत इस योजना में हस्तक्षेप नहीं करेंगे।
◆ यह ग्रह गहन शिक्षा का स्थान बनने के लिए बनाया गया है। यदि देवदूत हस्तक्षेप करके सभी कष्टों को समाप्त कर दें, तो ये शिक्षाएँ निरर्थक हो जाएँगी।
मुझे विश्वास है कि सन् 1994 में जब मैं अपनी पहली पुस्तक लिख रही थी, तब मैंने एक देवदूत के दर्शन की कृपा और सुंदरता का अनुभव किया। एक सुबह, जब मैं लिख रही थी, मैं बाइबल का एक उद्धरण खोज रही थी और मुझे उसके संदर्भ नहीं मिल रहे थे। अचानक, बिना किसी स्पष्ट कारण के, मुझे परमानंद का अनुभव हुआ और मुझे हल्की सी सरसराहट सुनाई दी।
मेरी दृष्टि के एक कोने से मुझे एक सफेद, जालीदार आकृति दिखाई दी, जो किसी शादी के जोड़े की बारीक लेस जैसी लग रही थी, लेकिन जैसे ही मैंने उसे और स्पष्ट रूप से देखने के लिए मुड़ा, वह गायब हो गई। मुझे ऊर्जा का संचार हुआ और मैंने इसे इस बात का संकेत माना कि मेरा काम ईश्वरीय इच्छा और मेरी आत्मा के उद्देश्यों के अनुरूप है। इसके तुरंत बाद, मैंने बाइबल को ठीक

उसी पृष्ठ पर खोला जिसकी मुझे आवश्यकता थी। मेरी नज़र सीधे उन आयतों पर पड़ी जिन्हें मैं खोज रहा था: इब्रानियों 2:6-7, “मनुष्य क्या है कि तू उसका ध्यान रखता है?… तूने उसे स्वर्गदूतों से थोड़ा नीचा बनाया है…”

रेक्स हॉक की पुस्तक "एन्जिल्स: द मिस्टीरियस मैसेंजर्स" में इस विषय पर अग्रणी विचारकों और नेताओं के साक्षात्कार शामिल हैं। पुस्तक में देवदूतों से हुई मुलाकातों की दस्तावेजित कहानियाँ भी हैं।
इसी नाम की एक डॉक्यूमेंट्री फिल्म पैटी ड्यूक द्वारा होस्ट की गई थी और इसका निर्माण अमेरिकन आर्टिस्ट्स फिल्म कॉर्पोरेशन ने किया था। यह फिल्म प्राचीन और आधुनिक समय में स्वर्गदूतों के इतिहास की पड़ताल करती है और उन नौ लोगों की वास्तविक जीवन कहानियाँ साझा करती है जिनके जीवन को स्वर्गदूतों ने छुआ था।
मेरे पिताजी को 2001 में हार्ट बायपास सर्जरी के बाद कुछ ऐसी अनुभूतियाँ हुईं जिन्हें वे स्वर्गदूतों का दर्शन मानते थे। कई बार उन्हें बहुत ठंड लगती थी, लेकिन शरीर में इतना दर्द और थकान होती थी कि कंबल ओढ़ना भी मुश्किल होता था। उन्होंने ईश्वर से मदद की प्रार्थना की और उन्हें प्रकाश की किरणें इधर-उधर घूमती हुई दिखाई दीं, मानो वे उनकी सेवा कर रही हों। एक बार उन्हें ऐसा महसूस हुआ जैसे वे प्रकाश की किरणें उन पर नमकदानी से गर्म पानी छिड़क रही हों। उन्हें तुरंत हड्डियों तक गर्माहट का अनुभव हुआ, जिसे उन्होंने गैस, लकड़ी या कोयले की गर्मी से भी कहीं अधिक गर्म बताया। एक अन्य अवसर पर, उन्हें ऐसा महसूस हुआ जैसे कंबल उनके चारों ओर खींच लिया गया हो और उनके शरीर को अच्छी तरह से ढक लिया गया हो।

चमत्कारिक घटनाएँ
बेयर्ड टी. स्पॉल्डिंग द्वारा लिखित "सुदूर पूर्व के गुरुओं की शिक्षाएँ" नामक पुस्तक में कई चमत्कारों का वर्णन किया गया है, जिनकी पूर्वी संस्कृतियों में सदियों से चर्चा होती रही है। 19 वीं शताब्दी के उत्तरार्ध में, स्पॉल्डिंग और वैज्ञानिकों की एक टीम ने पानी पर चलना, दीवारों से होकर गुजरना और एक ही समय में एक से अधिक स्थानों पर मौजूद रहना

सीखा। उन्होंने ऐसे योगियों का अवलोकन किया जिनकी चेतना इतने लंबे समय तक उनके शरीर से विमुख रही कि वे मृत प्रतीत हुए और उन पर फफूंद और कीड़े लग गए। हालाँकि, जब उनकी चेतना शरीर में वापस आई, तो वे उठ खड़े हुए और खुद को ऐसे झाड़ा जैसे कुछ हुआ ही न हो। (2)
जॉन वेल्स एक पुराने तीन मंजिला खलिहान को तोड़ रहे थे और निकास द्वार से साठ फीट की दूरी पर घुटनों के बल बैठे थे, तभी उन्होंने देखा कि घास के कण गिर रहे हैं।
जैसे ही वह उठा, उसके ठीक ऊपर का तल, जिसमें टन भर भूसा और विशाल लकड़ियाँ रखी थीं, अचानक ढह गया। उसकी पत्नी यह सोचकर खलिहान की ओर दौड़ी कि जॉन कुचलकर मर गया होगा। लेकिन वहाँ वह खलिहान से दूर एक तालाब के किनारे सुरक्षित खड़ा था। जॉन ने कहा, “यह एक चमत्कार है कि मैं सैकड़ों फीट की दूरी तय करके उतने समय में सुरक्षित स्थान पर पहुँच गया, जितने समय में कई टन का भार दस फीट नीचे गिरा। मुझे प्रेम की गति और शक्ति ने बचा लिया।” (3)

डॉ. बर्नी सीगल ने कई छोटे-छोटे चमत्कारों का वर्णन किया, जो असल में एक व्यापक वास्तविकता की झलक मात्र हैं। अपने मार्गदर्शकों से मिलने के लिए निर्देशित कल्पना के दौरान, उन्हें यीशु या मूसा जैसे किसी व्यक्ति के दर्शन होने की उम्मीद थी। लेकिन उनकी मुलाकात जॉर्ज से हुई—दाढ़ी वाले, लंबे बालों वाले एक व्यक्ति से, जिसने एक अनोखी टोपी और चोगा पहना हुआ था। कुछ समय बाद, वे व्याख्यान दे रहे थे, लेकिन उन्हें ऐसा लगा जैसे कोई और ही व्याख्यान दे रहा हो। बाद में, श्रोताओं में से एक महिला ने कहा कि वह एक माध्यम है और उसने सीगल के ऊपर एक आकृति देखी। वह जॉर्ज ही थे। प्रसिद्ध मानसिक विशेषज्ञ ओल्गा वॉरेल ने भी जॉर्ज का विस्तृत वर्णन किया, जिसमें उनके चोगे और पुरानी यहूदी प्रार्थना टोपी का भी जिक्र था। (4)
डॉ. वेन डायर की पुस्तक "अ प्रॉमिस इज़ अ प्रॉमिस" में काय ओ'बारा की चमत्कारिक कहानी बताई गई है, जिन्होंने तीस वर्षों से अधिक समय तक अपनी कोमा में पड़ी बेटी एडवर्डा की देखभाल की है। मदर मैरी कई बार काय और अन्य लोगों के दर्शन कर चुकी हैं। डायर ने कहा, "इस कहानी का सबसे आश्चर्यजनक पहलू एडवर्डा का उन लोगों पर पड़ने वाला प्रभाव है जो उनसे मिलने आते हैं। कुछ लोगों का दावा है कि उन्होंने चमत्कारिक उपचार का अनुभव किया है, और हर कोई एडवर्डा के स्थिर शरीर से निकलने वाले निःशर्त प्रेम को महसूस करता

है।" उदाहरण के लिए, वेनेजुएला की ऐनी को मस्तिष्क का लाइलाज कैंसर था; ओ'बारा परिवार से मिलने के दौरान, ऐनी ने एडवर्डा का हाथ अपने सिर पर रखकर प्रार्थना की। महीनों बाद, चिकित्सा परीक्षणों में कैंसर का कोई निशान नहीं मिला। (5)
1974 में, मैं आधी रात को जागा और छत पर एक दृश्य देखा। एक विशाल सुनहरे गोले के बीच में कई छोटे-छोटे बिंदु सुनहरे धागों से जुड़े हुए थे। जब मैं सोच रहा था कि इसका क्या अर्थ है, तभी एक ज्ञान भरी आवाज़ या विचार आया: “जीवन ऐसा ही है। यह केंद्रीय गोला ईश्वर का प्रतीक है।”
“अनगिनत सुनहरे बिंदु ब्रह्मांड में मौजूद असंख्य आत्माओं के समान हैं। उनमें से कुछ को यह अहसास होता है कि वे एक के साथ एक हैं और इस प्रकार केंद्रीय गोले में या उस पर स्थित हैं। कुछ बहुत करीब हैं लेकिन उन्हें इस बात का पूर्ण अहसास नहीं है कि वे उस सर्वस्व से अविभाज्य हैं। अन्य मानते हैं कि वे स्रोत से काफी दूर हैं। उनमें से कुछ के रास्ते सीधे और सरल हैं जबकि अन्य टेढ़े-मेढ़े और जटिल प्रतीत होते हैं।”
उपदेश का समापन इस प्रकार हुआ, “अच्छी खबर यह है कि, पर्याप्त रूप से प्रबुद्ध दृष्टिकोण से देखने पर, संपूर्ण सृष्टि एक इकाई के रूप में दिखाई देती है। सबसे दूर स्थित बिंदुओं के चारों ओर भी एक परिधि खींची जा सकती है, जो प्रेम और प्रकाश के रूप में समस्त जीवन की एकात्मक प्रकृति को प्रकट करती है।”
इस चमत्कारिक दर्शन ने मुझे मेरे उच्चतर स्वरूप की याद दिला दी और मुझे ध्यान, योग और अन्य एकाग्रता अभ्यासों का गहन अध्ययन करने के लिए प्रेरित किया।

कोकविले चमत्कार का वर्णन डैन मिलमैन और डग चाइल्डर्स की पुस्तक 'डिवाइन इंटरवेंशन्स' में किया गया है। यह सच्ची घटना 1986 में व्योमिंग के छोटे से कस्बे कोकविले में घटी थी। एक श्वेत वर्चस्ववादी, जो बाद में आतंकवादी बन गया, और उसकी पत्नी ने 150 प्राथमिक विद्यालय के बच्चों और कई शिक्षकों को बंधक बना लिया। पेट्रोल बमों से भरी एक शॉपिंग कार्ट, राइफलों और हैंडगनों से लैस होकर, उन्होंने फिरौती की मांग की, हालांकि उसकी डायरी से

पता चलता है कि उसने पैसे मिलने के बाद बंधकों, खुद और अपनी पत्नी को बम से उड़ाने की योजना बनाई थी। घेराबंदी के कई घंटों बाद, बम का ट्रिगर फट गया।
यह घटना एक दुर्घटना के कारण घटी और उसके बाद एक भीषण विस्फोट हुआ। विस्फोट के तुरंत बाद, आतंकवादी ने अपनी पत्नी की हत्या कर दी, एक शिक्षक को घायल कर दिया और फिर खुद को भी मार डाला।
मिलमैन और चाइल्डर्स के वर्णन के अनुसार, "स्कूल के सामने मौजूद प्रत्यक्षदर्शियों के मुताबिक, नारंगी रंग की तेज आग ने कक्षा को अपनी चपेट में ले लिया। तब तक पूरा शहर बाहर इकट्ठा हो चुका था और खिड़कियों से निकलते काले धुएं को देखकर दहशत में आ गया। जैसे ही वे जलकर राख हो चुकी कक्षा की ओर दौड़े, गाड़ी के निचले हिस्से में जमा गोला-बारूद धमाके के साथ फट गया और गोलियां कमरे में चारों ओर बिखर गईं।"
इन सबके बावजूद, केवल एक बच्चा आवारा गोली का शिकार हुआ, बत्तीस लोग मामूली रूप से जल गए और किसी की जान नहीं गई। लेखकों ने कहा, "लेकिन जो चमत्कार हुआ, उसका पूरा खुलासा बाद में हुआ जब बच्चों ने अपने माता-पिता, बचाव कर्मियों और पुलिस को अलग-अलग 'छत से नीचे आए प्रकाश के प्राणियों' के बारे में बताना शुरू किया।"
इन प्राणियों ने बच्चों को बमों के बारे में चेतावनी दी और उन्हें बताया कि सुरक्षित रूप से कहाँ खड़ा होना है। कुछ बच्चों ने इन प्राणियों को देवदूत बताया। अन्य बच्चों ने बाद में दशकों पहले शारीरिक रूप से मर चुके दादा-दादी की तस्वीरों से उनकी पहचान की। (6)
मिलमैन और चाइल्डर्स ने कई अन्य चमत्कारों का भी वर्णन किया है, जैसे कि मिस्र के काहिरा के पास लेडी ऑफ लाइट के दर्शन। माना जाता है कि यह लेडी ऑफ लाइट का रूप है और इसे लाखों लोगों ने देखा है। इस गतिशील, चमकती आकृति की कई स्पष्ट तस्वीरें मौजूद हैं, साथ ही समाचार रिपोर्टरों, चर्च के अधिकारियों और विभिन्न धर्मों के लोगों के विस्तृत विवरण भी हैं।
1915 से 1917 के बीच पुर्तगाल के फातिमा में हजारों लोगों ने एक चमकदार बादल के भीतर एक और मानव आकृति देखी। यह दर्शन, जिसे माता मरियम का दर्शन भी माना जाता है, आकाश में रंगीन रोशनी की एक चकाचौंध भरी श्रृंखला के साथ था जो

मीलों दूर से यह दृश्य दिखाई दिया। असंख्य लोगों ने आकाश से गिरती हुई चमकदार पंखुड़ियाँ देखीं जो पल भर में पिघल गईं। उन्होंने मीठी सुगंध भी महसूस की और कई लोगों को विभिन्न चोटों और बीमारियों से चमत्कारिक रूप से ठीक होने का अनुभव हुआ—और आज भी हो रहा है।
अपनी पहली किताब 'बैलेंस्ड लिविंग' पूरी करने से एक शाम पहले, मुझे एक गहरी शांति का अनुभव हुआ। ऐसा लगा मानो कई वर्षों की प्रार्थना, खोज और परिश्रम के बाद आखिरकार मैं अपने सर्वोच्च लक्ष्य की ओर अग्रसर हो रही हूँ। मैंने मूल रूप से डॉक्टर बनने की योजना बनाई थी, लेकिन कुछ घटनाओं ने मुझे कायरोप्रैक्टिक डॉक्टर बनने के लिए प्रेरित किया। उस शाम, मुझे गहराई से महसूस हुआ कि सब कुछ मेरे हित में ही हुआ है।
अगली सुबह तड़के, मैंने पांडुलिपि पर बचे हुए कुछ घंटों का काम पूरा करना शुरू किया। जैसा कि मैंने कई बार किया था, मैंने कंप्यूटर और मॉनिटर चालू किया, जिस पर आमतौर पर काली स्क्रीन के बाद कंप्यूटर कोड और निर्देश दिखाई देते थे। लेकिन उस सुबह, मॉनिटर पर तुरंत ही शाही सोने और गहरे लाल रंग के चौकोर बॉक्स दिखाई देने लगे।
इन रंगीन वर्गों में से प्रत्येक में एक जैसे दो अक्षर थे।
मैंने अपनी आँखें मलकर और चुटकी काटकर यकीन किया कि मैं सपना तो नहीं देख रही थी। अक्षर DC थे। यह चमत्कार आज भी मुझे लोगों को यह याद दिलाने के लिए प्रेरित करता है कि वे कौन हैं और वे अपनी सबसे बड़ी प्रतिभाओं को सबसे अच्छे तरीके से कैसे साझा कर सकते हैं।

निष्कर्ष और कार्रवाई के चरण
दुनिया में चमत्कारों की और भी कई कहानियां हैं। अगर आपको भी ऐसे अनुभव हुए हैं, तो उन्हें नकारने की कोशिश न करें, कहीं लोग आपको सनकी न समझ लें। अगर आपको ऐसे अनुभव नहीं हुए हैं, तो भी अपने जीवन में चमत्कारों की संभावना को कम न आंकें। जैसा कि डेविड बेन-गुरियन ने कहा था, "जो व्यक्ति चमत्कारों में विश्वास नहीं करता, वह यथार्थवादी नहीं है।"
सुझाए गए कार्रवाई चरणों में निम्नलिखित शामिल हैं:

∞ अपने जीवन की समीक्षा करें और विचार करें कि क्या आपने कभी कोई चमत्कार अनुभव किया है—भले ही वह छोटा ही क्यों न हो।
∞ अपने परिवार और दोस्तों से पूछें कि क्या उन्होंने कभी कोई रहस्योद्घाटन या चमत्कार का अनुभव किया है।
∞ इस विषय के बारे में और अधिक पढ़ें।

लाभ

जीवन के अस्तित्व संबंधी प्रश्नों के बारे में गहरी समझ और शांति: मैं कौन हूँ? मैं कहाँ से आया हूँ? मैं यहाँ क्यों हूँ? क्या कोई 'ईश्वर' है?
मर जाने पर क्या होता है'?

समुद्र तट पर बैठे-बैठे मैंने एक बुजुर्ग व्यक्ति को अकेले चलते देखा। वह धीरे-धीरे चल रहे थे और बीच-बीच में पानी और आकाश की ओर निहार रहे थे। मुझे उनसे बात करने की इच्छा हुई और कुछ मिनटों की हल्की-फुल्की बातचीत के बाद मुझे इसका कारण पता चला।
उनकी आँखों में आँसू भर आए और उन्होंने मुझे बताया कि उनकी 42 साल की पत्नी का हाल ही में निधन हो गया है। वे उनकी मृत्यु से विशेष रूप से दुखी थे क्योंकि कई साल पहले उन दोनों का अपने धर्म में विश्वास टूट गया था। इसकी शुरुआत तब हुई जब उन्होंने अपने पादरी से कुछ महत्वपूर्ण सवाल पूछे, जैसे: "हमारा चर्च यह क्यों सिखाता है कि बिना बपतिस्मा वाला बच्चा स्वर्ग नहीं जा सकता?" और "हमारा चर्च यह क्यों सिखाता है कि अच्छे कारणों से तलाक लेने वाले लोग स्वर्ग नहीं जा सकते?"
हर बार जवाब यही होता था, “यही तो हमारे चर्च की मान्यता है और आपको इसे आस्था के साथ स्वीकार करना होगा।” इन जवाबों ने उन्हें चर्च और उनकी आस्था

से दूर कर दिया। उन्होंने बताया कि वर्षों बीतने के साथ-साथ वे दोनों यह मानने लगे थे कि मृत्यु के साथ ही जीवन समाप्त हो जाता है।
मैंने उन्हें अपनी पुस्तक 'सोल प्रूफ' और उन नौ श्रेणियों के प्रमाणों के बारे में बताया जो यह दर्शाते हैं कि सभी मनुष्य कालातीत ऊर्जावान प्राणी हैं जो अपने स्वभाव से ही शाश्वतता के उत्तराधिकारी होते हैं। मैंने समझाया कि प्रचुर मात्रा में प्रमाण, जिनमें से कुछ वस्तुनिष्ठ और दस्तावेजी हैं, इस बात की ओर दृढ़ता से संकेत करते हैं कि मृत्यु अलविदा नहीं है, बल्कि केवल 'फिर मिलेंगे' है।
यह जानकारी सुनकर वह हल्का सा मुस्कुराया और उसका चेहरा थोड़ा खिल उठा। उसने कहा, "काश मेरे पास सबूत होता, तो मैं आपकी बात को सच मान लेता। काश मैं यह सोच पाता कि मैं उसे फिर से देख पाऊंगा, कि वाकई मृत्यु के बाद जीवन है।"
अचानक उसकी आँखें चौड़ी हो गईं और उसकी आवाज़ तेज़ हो गई। “एक ऐसी घटना घटी है जिससे मुझे लगता है कि शायद मैं उसे फिर से देख पाऊँगा,” उसने बताया। उसने समझाया कि उसकी 76 वर्षीय महिला

कैंसर से लंबी लड़ाई के बाद पत्नी का वजन घटकर मात्र नब्बे पाउंड रह गया था। डॉक्टरों की उम्मीदों के विपरीत, वह हफ्तों तक कोमा में रही और भ्रूण की मुद्रा में सिकुड़ी रही।
“फिर, उसकी मृत्यु से ठीक चौबीस घंटे पहले,” उन्होंने कहा, “ऐसा हुआ। उसका चेहरा एक युवती की तरह सुंदर और दमक उठा। वह तीस साल की लग रही थी और बेहद शांत दिख रही थी। अस्पताल के हर कोने से डॉक्टर और नर्सें उससे मिलने आए। उसे देखने वाले हर व्यक्ति ने कहा कि वह किसी देवदूत जैसी लग रही थी।” शायद यह ईश्वर का मुझे यह बताने का तरीका था कि मृत्यु वह अंतिम अंत नहीं है जैसा हम सोचते थे।
विदाई लेते समय, उन्होंने मुझे सारे सबूतों के बारे में बताने और उम्मीद जगाने के लिए बार-बार धन्यवाद दिया। मेरी आँखों में आँसू थे, मैं अंधकार में प्रकाश लाने वाले एक और चमत्कार के बारे में सुनकर बहुत आभारी थी। हाँ, मेरे दोस्त, मृत्यु तो बस एक 'फिर मिलेंगे' है—और यही सबसे बड़ा फर्क है।

जीवन के सबसे बड़े सवालों के बारे में क्या? मैंने SoulProof.com पर उपलब्ध अपने ऑडियो उत्पाद "आस्क द सोल डॉक्टर" में इनके विस्तृत उत्तर दिए हैं। यहाँ संक्षिप्त उत्तर दिए गए हैं:
◆ मैं कौन हूँ? मैं ऊर्जा/आत्मा/चेतना का एक अमर प्राणी हूँ जो एक अत्यंत क्षणिक मानवीय अनुभव से गुजर रहा है।
◆ मैं कहाँ से आया हूँ? संभावनाओं के क्षेत्र का एक और समय-स्थान पहलू जो हमारे क्षेत्र से बहुत अलग या दूर नहीं है।
◆ मैं यहाँ क्यों हूँ? प्रेमपूर्ण सेवा, रोमांच, विकास और आनंद के लिए।
सेज प्रशिक्षण।
◆ क्या कोई सर्वोच्च शक्ति है? हाँ। जीवन के स्रोत की प्रकृति पर हम बाद में चर्चा करेंगे।
◆ मेरे शरीर के नष्ट होने के बाद क्या होता है? आप उस वास्तविकता में जीना जारी रखते हैं जो आपके संसार परिवर्तन के समय आपकी चेतना के स्तर द्वारा निर्मित होती है। आपके ऐसा करने पर उस अनुभव की गुणवत्ता में सुधार हो सकता है।
चूंकि समस्त जीवन चमत्कारिक और परस्पर जुड़ा हुआ है, इसलिए स्वर्ग/निर्वाण/शांति का सर्वोच्च मार्ग स्वर्णिम नियम का पालन करना और सभी लोगों के साथ प्रेम और सम्मान का व्यवहार करना है। शायद हमारी अमर प्रकृति के प्रमाण से अधिक लोग हमारे अपेक्षाकृत छोटे मतभेदों के बजाय हमारी मूलभूत एकता पर ध्यान केंद्रित कर पाएंगे। आशा है कि मानवता उस बिंदु तक विकसित हो रही है जहां विविधता—चाहे वह नस्ल में हो,

धर्म, यौन अभिविन्यास, जातीयता, लिंग, आयु, रूप-रंग आदि को भयभीत होने की बजाय महत्व दिया जाता है।
अपने शाश्वत स्वरूप के साथ अधिक जुड़ाव हमारी प्राथमिकताओं को इस प्रकार बदल सकता है कि धन, शक्ति और भौतिक संपत्ति गौण हो जाएं। जैसे-जैसे हममें से अधिक लोग अपने अंतर्संबंध को याद रखेंगे, सद्भाव, प्रेम और न्याय अधिक महत्वपूर्ण हो जाएंगे।
समुद्र तट पर बैठे उस बुजुर्ग व्यक्ति को उस संकेत की याद आने पर नई उम्मीद जगी कि जीवन में जो दिखता है उससे कहीं अधिक कुछ है। ठीक उसी तरह, सोल प्रूफ के प्रमाण को समझने से भी उम्मीद की किरण जगती है।

[illegible]

वैज्ञानिक प्रमाण
देर रात तक एक वैज्ञानिक अपनी प्रयोगशाला में अकेले काम करता रहा।
अचानक, उसे एक आवाज़ सुनाई दी जिसने उसके आविष्कार को परिपूर्ण बनाने का तरीका बताया। जब आविष्कारक ने उस आवाज़ से अपनी पहचान बताने को कहा, तो उसे बताया गया कि यह दूसरी सहस्राब्दी से आई एक आत्मा है।
वैज्ञानिकों ने इस जानकारी का उपयोग करके एक ऐसी मशीन के विवरण को सफलतापूर्वक पूरा किया जिससे लगभग सभी को लाभ हुआ है।
ज़ेरॉक्स मशीन के आविष्कारक भौतिक विज्ञानी चेस्टर कार्लसन को अपनी प्रयोगशाला में कुछ महत्वपूर्ण विचार तब प्राप्त हुए जब उन्हें ऐसी आवाज़ें सुनाई दीं जिन्होंने प्रतिलिपियाँ बनाने के सिद्धांतों को समझाया। साइंस पत्रिका ने बताया कि कार्लसन ने अपनी वसीयत में लाखों डॉलर मानसिक अनुसंधान के लिए छोड़े क्योंकि उनका मानना था कि विज्ञान को मृत्यु के बाद जीवन के रहस्य को सुलझाने का प्रयास करना चाहिए। प्रख्यात शोधकर्ता डॉ. इयान स्टीवेन्सन कार्लसन के दान से लाभान्वित होने वालों में से एक हैं।
इस खंड में, मैं वैज्ञानिक दृष्टिकोण से हमारी अमर प्रकृति के प्रमाण प्रस्तुत करूँगा। वेबस्टर की विज्ञान की प्राथमिक परिभाषा है: "ज्ञान का वह भंडार जो अज्ञान या गलतफहमी से भिन्न है; संचित और स्वीकृत ज्ञान जिसे सामान्य सत्यों की खोज के संदर्भ में व्यवस्थित और सूत्रबद्ध किया गया

है।" (1) जैसा कि आप देखेंगे, विविध वैज्ञानिक प्रमाण एक कभी न खत्म होने वाली वास्तविकता के अस्तित्व का दृढ़ता से समर्थन करते हैं।
इस विषय की प्रकृति के कारण डबल ब्लाइंड अध्ययन आसानी से संभव नहीं हैं, हालांकि इस पर कुछ गंभीर शोध मौजूद हैं। इसलिए, मैं वैज्ञानिक निष्कर्षों का हवाला दूंगा और कई वैज्ञानिकों के कथनों को उद्धृत करूंगा।

जिन श्रेणियों पर चर्चा की गई है उनमें शामिल हैं: वैज्ञानिक जांच का इतिहास, प्रख्यात वैज्ञानिकों के विचार, आत्मा संचार प्रौद्योगिकी, भौतिक विज्ञान से प्राप्त जानकारी, वास्तविकता की प्रकृति, समय की सापेक्ष वास्तविकता और ऊर्जा और चेतना के प्राणी के रूप में मनुष्य।

वैज्ञानिक जांचों का इतिहास
19 वीं शताब्दी से ही कई प्रतिष्ठित वैज्ञानिकों ने अदृश्य वास्तविकताओं के अस्तित्व की खोज की है। अमेरिका, इंग्लैंड और फ्रांस में मानसिक अनुसंधान के लिए समितियाँ गठित की गईं। उस युग के कुछ सर्वश्रेष्ठ विद्वान, उदाहरण के लिए डॉ. विलियम जेम्स और फ्रेडरिक मायर्स, इस कार्य में शामिल थे।
कई वर्षों तक दिवंगत लोगों से संवाद करने की वैधता की जांच करने के बाद, विश्व प्रसिद्ध वैज्ञानिक सर ओलिवर लॉज ने निष्कर्ष निकाला, "अपने अनुभव के आधार पर, मैं न केवल जीवित रहने के बारे में, बल्कि भौतिक परिणाम उत्पन्न करने वाले पदार्थ के साथ कभी-कभार होने वाली बातचीत द्वारा प्रदर्शित जीवित रहने के बारे में पूरी तरह से आश्वस्त हूं।"
प्रख्यात भौतिक विज्ञानी और रसायनज्ञ सर विलियम क्रूक्स ने क्रूक्स ट्यूब और रेडियोमीटर का आविष्कार किया और थैलियम तत्व की खोज की। उन्होंने और उनके पर्यवेक्षकों ने कड़े वैज्ञानिक नियंत्रणों का उपयोग करते हुए इंग्लैंड के दो सबसे बड़े माध्यमों की जांच की, लेकिन उनमें से किसी का भी खुलासा नहीं कर सके। इसके विपरीत, उन्होंने इन घटनाओं को मृत्यु के बाद जीवन का अविश्वसनीय प्रमाण पाया और निष्कर्ष निकाला, "हमारे वैज्ञानिक ज्ञान से परे एक ऐसी शक्ति विद्यमान है जो मनुष्यों में

पाई जाने वाली सामान्य बुद्धि से भिन्न बुद्धि द्वारा संचालित होती है।" (2)
सर आइजैक न्यूटन ने मानसिक घटनाओं के विषय को शोध के योग्य माना, लेकिन चर्च और उनके साथियों ने उनकी आलोचना की। सिगमंड फ्रायड इंग्लिश और अमेरिकन सोसाइटीज़ फॉर साइकिकल रिसर्च के सदस्य थे और उन्होंने कहा था, "अगर मुझे अपना जीवन दोबारा जीने का मौका मिले, तो मैं मनोविश्लेषण के बजाय मानसिक शोध में अपना समय समर्पित करूँगा।" कार्ल जंग ने भी अलौकिक घटनाओं पर व्यापक शोध किया और लिखा।
ड्यूक विश्वविद्यालय में मनोविज्ञान के प्रोफेसर जे.बी. राइन मुख्य रूप से ईएसपी अनुसंधान पर केंद्रित थे, लेकिन 1980 में अपनी मृत्यु से पहले, उन्होंने इसे नाम दिया था।
मृत्यु और मृत्यु के बाद जीवित रहने के बारे में जानने के लिए आगे के प्रयोगों के लिए।

मृत्यु के बाद जीवन के अध्ययन पर अनेक प्रयोगात्मक और केस स्टडी प्रकाशित हो चुके हैं। इसके अलावा, प्रत्यक्ष व्यक्तिगत अनुभव पर आधारित अनुभवजन्य प्रमाण उतने ही मजबूत हैं जितने कि विज्ञान द्वारा अध्ययन किए गए किसी भी विषय के। हालांकि, आध्यात्मिक विषयों के लिए अक्सर अनुचित रूप से उच्च स्तर के प्रमाण की अपेक्षा की जाती है।
स्थापित चर्च द्वारा सत्ता का दुरुपयोग, उदाहरण के लिए गैलीलियो और कोपरनिकस जैसे प्रख्यात वैज्ञानिकों की निंदा करना, ने विज्ञान को धार्मिक विषयों के अध्ययन से दूर रहने के लिए प्रेरित किया। विज्ञान अभी चर्च के प्रभाव के विरुद्ध इस अतिप्रतिक्रिया से उबर रहा है। हालांकि, आज भी कुछ शिक्षाविदों को चेतना से संबंधित विषयों में रुचि रखने के लिए सेंसरशिप या दंड का सामना करना पड़ता है।
नेचुरल ग्रेस में, सम्मानित वैज्ञानिक डॉ. रूपर्ट शेल्ड्रेक ने कहा: “आत्मा वह प्रेरक शक्ति है, जो जीवित चीजों को जीवित रखती है… वर्तमान भ्रम का बहुत सारा हिस्सा यहीं से शुरू हुआ।”
सत्रहवीं शताब्दी में रेने डेसकार्टेस का दर्शन। डेसकार्टेस ने कहा कि संपूर्ण प्रकृति एक मशीन है; यह निर्जीव है। संक्षेप में, उन्होंने आत्मा को प्रकृति से, सभी जानवरों और पौधों से, और यहाँ तक कि मानव शरीर से भी अलग कर दिया। इससे पहले, यह माना जाता था कि आत्मा पूरे शरीर में व्याप्त है। शेल्ड्रेक ने कहा कि चुम्बकों, गुरुत्वाकर्षण, क्वांटम पदार्थ और जीव विज्ञान में क्षेत्रों के अस्तित्व को पहचानकर हम कार्तीय द्वैतवाद से आगे बढ़ सकते हैं। इसी प्रकार, उन्होंने निष्कर्ष निकाला कि आत्मा को ऊर्जा या चेतना के क्षेत्र के रूप में समझा जा सकता है। (3)
डॉ. जेफरी मिशलोव, जो 'द रूट्स ऑफ कॉन्शियसनेस' पुस्तक के लेखक हैं, के साथ मेरे रेडियो साक्षात्कार में उन्होंने कहा:
हम एक अत्यंत असामान्य युग में जी रहे हैं। आधुनिक पश्चिमी जगत, जीवन के आध्यात्मिक और अलौकिक पहलुओं को नकारने के मामले में विश्व इतिहास में लगभग अद्वितीय है। ब्रह्मांड की उत्पत्ति से संबंधित प्राचीन मिथकों के अनुसार, आदि में आत्मा थी, आदि में ईश्वर था, यह एकता थी। एकता चेतन थी और विभिन्न मिथकों में वर्णित अनेक कारणों से, उसने ब्रह्मांड की रचना करने

की इच्छा व्यक्त की। ऐसा माना जाता है कि ऊर्जा, पदार्थ, समय और स्थान सभी चेतना से उत्पन्न हुए हैं।
आज, प्रचलित वैज्ञानिक मत यह है कि चेतना एक प्रकार से मस्तिष्क की उपज है, लेकिन इस मत में कुछ गंभीर समस्याएं हैं। तकनीकी रूप से उप-घटनावाद के रूप में जाना जाने वाला यह मत यह है कि किसी न किसी प्रकार चेतना मस्तिष्क की उपज है।

चेतना किसी ऐसी चीज से उत्पन्न होती है जो चेतन नहीं है, जो विशुद्ध रूप से भौतिक है। दार्शनिक दृष्टि से, यह किसी को भी संतुष्ट नहीं करती। हालाँकि आधुनिक शिक्षाविदों में यह एक प्रचलित मत है, लेकिन यह गंभीर रूप से त्रुटिपूर्ण है। अब हमारे पास अग्रणी जीवविज्ञानी, भौतिक विज्ञानी और तंत्रिका शरीर क्रिया विज्ञानी हैं जो कह रहे हैं कि शायद चेतना कुछ मौलिक है। शायद यह अंतरिक्ष और समय जितनी ही मौलिक है या शायद यह उससे भी अधिक मौलिक है। (4)

प्रख्यात वैज्ञानिकों के विचार
म्यूनिख के मैक्स प्लैंक संस्थान में कार्यरत जर्मन भौतिक विज्ञानी डॉ. फ्रीडबर्ट कारगर ने मृत्यु के बाद के जीवन की घटनाओं का गहन अध्ययन किया और कहा: “मनुष्य की चेतना—या आत्मा—शरीर से परे निवास करती है। शरीर एक उपकरण है जिसका उपयोग चेतना करती है। जब शरीर मर जाता है, तो आत्मा शेष रहती है… मृत्यु अंत नहीं बल्कि एक अवस्था से दूसरी अवस्था में संक्रमण है।” उन्होंने कहा कि कई प्रसिद्ध भौतिकविदों ने अदृश्य जगत में रुचि व्यक्त की है। (5)
नोबेल पुरस्कार विजेता और क्वांटम भौतिकी के जनक डॉ. मैक्स प्लैंक ने कहा था: "आत्मा ही समस्त पदार्थ, वास्तविकता और सच्चे अस्तित्व का मूल आधार है।" डॉ. अल्बर्ट आइंस्टीन ने कहा था, "जो भी गंभीरता से इस विषय में रुचि रखता है, वह..."
विज्ञान के अध्ययन में संलग्न व्यक्ति को यह विश्वास हो जाता है कि ब्रह्मांड के नियमों में एक आत्मा प्रकट होती है।
साइंटिफिक अमेरिकन को दिए एक साक्षात्कार में थॉमस एडिसन ने कहा, “इसलिए, यदि मृत्यु के बाद भी व्यक्तित्व का अस्तित्व रहता है, तो यह निष्कर्ष निकालना उचित है कि जो लोग इस पृथ्वी को छोड़ते हैं, वे यहाँ अपने पीछे छूटे लोगों से संवाद करना चाहेंगे…। मेरा दावा है कि एक ऐसा उपकरण बनाना संभव है जो इतना सूक्ष्म होगा कि यदि किसी अन्य अस्तित्व या क्षेत्र में ऐसे व्यक्तित्व हों जो हमसे संपर्क करना चाहें… तो यह उपकरण कम से कम उन्हें बेहतर संपर्क स्थापित करने में सक्षम होगा।”

अवसर।" एडिसन ऐसी ही एक मशीन पर काम कर रहे थे, लेकिन इसके पूरा होने से पहले ही उनका देहांत हो गया। (6)
एडिसन मृत्यु के बाद जीवन में विश्वास करते थे और संभवतः उन्होंने परलोक का दौरा भी किया था। शारीरिक रूप से मरने से ठीक पहले क्षण भर के लिए कोमा से जागने के बाद उन्होंने कहा था: "वहाँ बहुत सुंदर है।"
डॉ. वाइल्डर पेनफील्ड को व्यापक रूप से न्यूरोसर्जरी का जनक माना जाता है और वर्तमान न्यूरोसर्जरी में उनका बहुत बड़ा योगदान है।

मस्तिष्क की कार्यप्रणाली की समझ। अपने कुछ चिकित्सा सहयोगियों की तरह, पेनफील्ड ने कई वर्षों तक यह माना कि मस्तिष्क से स्वतंत्र कोई चेतना नहीं होती। उनका मानना था कि सभी मानवीय व्यवहार को मस्तिष्क की कार्यप्रणाली के आधार पर समझाया जा सकता है। पचास वर्षों के शोध के बाद, उन्होंने अपना विचार बदल दिया।
पेनफील्ड ने अपनी आखिरी किताब, द मिस्ट्री ऑफ द माइंड में कहा था, "मैंने इस बात को गंभीरता से लेना शुरू किया, यहाँ तक कि इस पर विश्वास भी किया, कि मनुष्य की चेतना, उसका मन, मस्तिष्क तक सीमित करने योग्य कोई चीज नहीं है।" तंत्र… यह जानकर कितना रोमांच होता है कि वैज्ञानिक भी आत्मा के अस्तित्व में वैध रूप से विश्वास कर सकते हैं! संभवतः वैज्ञानिक और चिकित्सक प्रयोगशाला और परामर्श कक्ष से बाहर निकलकर हमारे आसपास के इन विलक्षण प्रतिभावान मनुष्यों पर पुनर्विचार करके कुछ योगदान दे सकते हैं। मन—यदि आप चाहें तो इसे आत्मा कह सकते हैं—कहाँ से आया? कौन कह सकता है? यह अस्तित्व में है।” (7)
फिल्म “व्हाट द ब्लीप डू वी नो?” में कई प्रतिष्ठित भौतिकविदों और चिकित्सकों के कथन शामिल हैं, जो मानते हैं कि जीवन की विशालता और रहस्य को पूरी तरह समझने के लिए विज्ञान और आध्यात्मिकता दोनों आवश्यक हैं। प्रख्यात वैज्ञानिकों के कथनों के लिए WhatTheBleep.com पर जाएं। न्यूयॉर्क स्टेट यूनिवर्सिटी की शोधकर्ता जेनी वेड, पीएचडी ने अपनी पुस्तक "चेंजेस ऑफ माइंड" में कहा है, "भौतिक विज्ञानों में हुई खोजें— विशेष रूप से क्वांटम भौतिकी, क्षेत्र और अराजकता सिद्धांत, और होलोग्राफी—वास्तविकता की एक नई अवधारणा प्रस्तुत कर रही हैं जो पूर्वी

और प्राचीन रहस्यवादी विश्वदृष्टिकोणों के साथ अधिक संगत है। नया प्रतिमान
यह न्यूटनवाद से समय और स्थान, पदार्थ और मन, तथा विज्ञान और आध्यात्मिकता जैसे मूलभूत सिद्धांतों पर भिन्न है। इस नए प्रतिमान के बारे में नोबेल पुरस्कार विजेता जॉर्ज वाल्ड, पीएच.डी. ने यह धारणा व्यक्त की कि मन "... भौतिक वास्तविकता के आधार, स्रोत और स्थिति के रूप में हमेशा से विद्यमान रहा है—कि भौतिक वास्तविकता जिस पदार्थ से बनी है वह मन का पदार्थ है।" (8)
सच्चा विज्ञान अज्ञात को सिरे से खारिज किए बिना, उसे समझाने और समझने का प्रयास करता है। प्रसिद्ध मनोचिकित्सक ब्रायन वेइस, एम.डी. ने कहा, "विश्लेषणात्मक होना खुले विचारों वाला होने के साथ पूरी तरह से संगत है... विज्ञान और आध्यात्मिकता, जिन्हें लंबे समय से एक-दूसरे का विरोधी माना जाता रहा है,
एक साथ आ रहे हैं। भौतिक विज्ञानी और मनोचिकित्सक आधुनिक युग के रहस्यवादी बन रहे हैं। हम उस बात की पुष्टि कर रहे हैं जो पूर्ववर्ती रहस्यवादियों को सहज रूप से पता थी।” (9)
इसी संदर्भ में, बाल चिकित्सा संबंधी प्रत्यक्ष अनुभव के प्रख्यात शोधकर्ता और लेखक डॉ. मेल्विन मोर्स कहते हैं: "वैज्ञानिक दृष्टि से यह तर्क देना उचित है।"

कि चेतना मृत्यु के बाद भी जीवित रहती है… मेरे शोध से पता चला है कि न केवल मृत्यु के निकट के अनुभव वास्तविक हैं, बल्कि इन अनुभवों की कार्यप्रणाली का अध्ययन करके हम यह भी सीखते हैं कि सभी मनुष्य ब्रह्मांड और उसमें मौजूद हर उस चीज़ से जुड़े हुए हैं जो कभी थी और कभी होगी।” (10) बोरा स्टैमेनोविच, एम.डी., डी.एससी., ने तंत्रिका सिनैप्स पर शोध करते हुए एक सूक्ष्मभौतिकविज्ञानी के रूप में दशकों बिताए। अपनी प्रिय पत्नी रूज़िता के देहांत के बाद, उन्होंने सोचा कि शायद वे उनकी निरंतर आत्मा का पता लगा सकते हैं। उन्होंने एक वायुरोधी वातावरण में स्टाइलस पर रखे टिशू पेपर से बने संवेदनशील मॉनिटर स्थापित किए। कागज़ केवल तभी हिलते थे जब वे अपनी पत्नी से बात करते थे और दिशा, रुकने और शुरू करने के बारे में

विशिष्ट अनुरोधों का जवाब देते थे। कई मॉनिटरों का उपयोग करते समय, जिनमें से कुछ प्लेक्सीग्लास कंटेनरों में थे, कागज़ एक साथ विपरीत दिशाओं में हिलते थे। (11)
स्टैनफोर्ड के एमेरिटस प्रोफेसर, ग्लोबल माइंड चेंज के लेखक और इंस्टीट्यूट ऑफ नोएटिक साइंसेज के संस्थापक डॉ. विलिस हारमोन ने कहा: "इसमें बहुत अधिक अनुभवजन्य प्रमाण मौजूद हैं,
किस्से-कहानियों, नैदानिक और पारंपरिक प्रमाणों से पता चलता है कि किसी न किसी रूप में व्यक्ति का सार शारीरिक मृत्यु के बाद भी जीवित रहता है... मृत्यु किसी विलुप्ति से अधिक 'जहां व्यक्ति हमेशा से था' उस जागृति के रूप में दिखाई देती है। मृत्यु के समय, जागरूकता का केंद्र भौतिक से उच्चतर स्तरों की ओर स्थानांतरित हो जाता है (शायद बीच में कुछ भ्रम और/या नींद भरी विश्राम की अवधि के साथ)। हम मृत्यु के समय कहीं जाते नहीं हैं; हम पहले से ही वहां मौजूद होते हैं। जैसे ही यह नया दृष्टिकोण हमारे जीवन में वास्तविक हो जाता है, मृत्यु का भय गायब हो जाता है। हम चाहकर भी अस्तित्वहीन नहीं हो सकते।” (12)
एरिजोना विश्वविद्यालय में चेतना और स्वास्थ्य में प्रगति के लिए प्रयोगशाला में गैरी श्वार्ट्ज, पीएच.डी. और उनकी टीम द्वारा साक्ष्य-आधारित माध्यमों (अध्याय 5 देखें) और आत्मा संचार प्रौद्योगिकी (अगला खंड देखें) पर प्रभावशाली वैज्ञानिक अनुसंधान किया गया है।
हार्वर्ड और येल के पूर्व प्रोफेसर डॉ. श्वार्ट्ज ने 450 से अधिक वैज्ञानिक शोध पत्र प्रस्तुत किए हैं, जिनमें साइंस पत्रिका में प्रकाशित छह पत्र भी शामिल हैं। उन्होंने ग्यारह अकादमिक पुस्तकों का सह-संपादन किया है और नौ अन्य पुस्तकों का लेखन किया है। श्वार्ट्ज उत्तर-भौतिकवादी विज्ञानों के विकास के लिए अकादमी के संस्थापक अध्यक्ष थे। (AAPSGlobal.com)

अपने शोध के आधार पर, डॉ. श्वार्ट्ज अब कहते हैं: "एक वैज्ञानिक के रूप में, मैं अब 99.9 प्रतिशत निश्चित हूं कि शारीरिक मृत्यु के बाद जीवन जारी रहता है।" यह निश्चितता का एक बहुत उच्च स्तर है, लेकिन यह सुनियोजित, दोहराए गए अध्ययनों और प्रयोगात्मक आंकड़ों पर आधारित है।
चूंकि उनके काम पर चक्रीय जीवन अनुभवों के प्रमाण नामक अध्याय में अधिक विस्तार से चर्चा की गई है, इसलिए मैं यहां केवल डॉ. इयान स्टीवेन्सन द्वारा किए गए गहन वैज्ञानिक क्षेत्र अनुसंधान का संक्षेप में उल्लेख करूंगा।
हमारे व्यक्तित्व और हमारे स्वरूप को निर्धारित करने वाले कारकों के बारे में उन्होंने कहा: “मैं आनुवंशिकी और पर्यावरणीय प्रभावों के वर्तमान या भविष्य के ज्ञान के विकल्प के रूप में पुनर्जन्म का प्रस्ताव नहीं करता। मैं इसे इस प्रकार देखता हूँ।
मानव व्यक्तित्व और कुछ शारीरिक विशेषताओं और असामान्यताओं के निर्माण में योगदान देने वाले तीसरे कारक के रूप में। हालाँकि, मैं आश्वस्त हूँ कि मनोविज्ञान और चिकित्सा की कई अनसुलझी समस्याओं के लिए इसके अतिरिक्त व्याख्यात्मक मूल्य के कारण इस पर ध्यान देना उचित है।” (13)

आत्मा संचार प्रौद्योगिकी
वर्तमान में ऐसी तकनीकों का परीक्षण किया जा रहा है जिनसे आत्माओं से संवाद स्थापित करने वाले उपकरण विकसित होने की उम्मीद है। अब तक कई प्रारंभिक तकनीकों का मूल्यांकन किया जा चुका है। डॉ. गैरी श्वार्ट्ज के साथ मिलकर लिखी गई मेरी पुस्तक "ग्रेटर रियलिटी लिविंग" में उन्होंने कहा है: "हमें पूरा विश्वास है कि इन खोजों से विकसित होने वाली तकनीकें हमें उस जगत से संवाद स्थापित करने में सक्षम बनाएंगी जिसे अब 'आत्माओं का लोक' माना जाता है।"
एरिजोना विश्वविद्यालय में चेतना और स्वास्थ्य में प्रगति के लिए प्रयोगशाला एक कार्यशील स्तर की ओर अग्रसर है।
जिसे सोलफोन® कहा जाता है, उसका प्रोटोटाइप। वहां के शोधकर्ताओं ने यह प्रदर्शित किया है कि अति संवेदनशील तकनीकी उपकरणों की सहायता से,

[illegible]
[illegible]
[illegible]

[illegible]

[illegible]

SoulSwitch™ [illegible]

SoulKeyboard™ [illegible] SoulSwitches [illegible]

SoulVoice™ [illegible]

SoulVideo™ [illegible]

[illegible]

उत्पाद के पूर्ण विस्तार के लिए तैनाती लागत को कम करने हेतु व्यावसायीकरण कार्यशील प्रोटोटाइप के पूरा होने के बाद किया जाएगा।

भौतिक विज्ञान से प्राप्त जानकारी
आइंस्टीन ने सापेक्षता का सिद्धांत प्रतिपादित किया कि ऊर्जा द्रव्यमान को प्रकाश की गति के वर्ग से गुणा करने के बराबर होती है। दूसरे शब्दों में, ऊर्जा
ऊर्जा और द्रव्यमान कुछ निश्चित परिस्थितियों में परिवर्तनशील और विनिमेय होते हैं। ऊर्जा और द्रव्यमान स्थिर और पृथक इकाइयाँ नहीं प्रतीत होतीं, बल्कि गतिशील और परस्पर मिश्रित घटनाएँ हैं जो जीवन में एक-दूसरे को प्रभावित करती हैं।
प्रख्यात सैद्धांतिक भौतिक विज्ञानी, डॉ. डेविड ड्यूश ने हाल ही में समानांतर ब्रह्मांडों के अस्तित्व का प्रस्ताव रखा है। क्वांटम भौतिकी के नियमों को लागू करते हुए, उनका तर्क है कि आप एक ही समय में अनगिनत समानांतर अस्तित्वों या अवस्थाओं में रहते हैं। डॉ. ड्यूश ने कहा कि आप एक ब्रह्मांड में नहीं, बल्कि एक विशाल और समृद्ध बहुब्रह्मांड में रहते हैं।

जिसमें आपके अन्य स्वरूप आपके द्वारा अनुभव किए गए अन्य विकल्पों को जीते हैं। यहां तक कि आपके वर्तमान भौतिक शरीर की मृत्यु के बाद भी, आपकी अन्य प्रतियां अन्य वास्तविकताओं में जीवित रह सकती हैं। (14)
भौतिक विज्ञान यह दर्शाता है कि जो वस्तुएँ ठोस प्रतीत होती हैं, वे मुख्यतः खाली स्थान से बनी होती हैं, जिनमें कुछ नन्हे परमाणु तीव्र गति से घूमते रहते हैं। उदाहरण के लिए, यदि हाइड्रोजन अणु का नाभिक एक कंचे के आकार का हो, तो उसका एकल इलेक्ट्रॉन आधा मील दूर होगा। ठोस प्रतीत होने के बावजूद, यह बहुत सारा खाली स्थान है।
रसायन विज्ञान और भौतिक विज्ञान के निष्कर्ष भी अस्तित्व की परस्पर क्रियात्मक प्रकृति का समर्थन करते हैं। उदाहरण के लिए, जब आप अपना हाथ मेज पर रखते हैं, तो आपके हाथ और मेज के परमाणु आपस में बदल जाते हैं। इस

प्रकार, आप उतने ठोस या पृथक नहीं हैं जितना आपकी इंद्रियां आपको बताती हैं।
डॉ. मेल्विन मोर्स ने प्रमुख सैद्धांतिक भौतिकविदों से वास्तविकता की प्रकृति के बारे में पूछा। उनकी वर्तमान सर्वोत्तम समझ को "गैर-स्थानीय वास्तविकता" शब्द द्वारा वर्णित किया गया है, जिसमें समय और स्थान शामिल नहीं हैं।
ऊर्जा और सूचना के संचरण और परस्पर क्रिया में कोई बाधा नहीं। इसके अलावा, ऐसा प्रतीत होता है कि सब कुछ एक साथ घटित हो रहा है। गैर-स्थानिकता का सबसे अच्छा वर्णन शायद उस बच्चे ने किया था जिसने मृत्यु के निकट के अनुभव के बाद इसे "वास्तविक स्थान" कहा था।
मोर्स टिप्पणी करते हैं: “एक ओर, हमारे पास सैद्धांतिक भौतिक विज्ञानी हैं जो पिछले पचास वर्षों से हमें यह समझाने की कोशिश कर रहे हैं कि हमारी भौतिक दुनिया वास्तव में प्रकाश और ऊर्जा के स्पंदित, अनंत पैटर्न पर आधारित है। दूसरी ओर, हमारे पास रहस्यवादी, मानसिक शक्तियां रखने वाले और मृत्यु के निकट के अनुभव प्राप्त करने वाले लोग हैं जो हमें यह बता रहे हैं कि...
हमें यह पता चलता है कि उन्हें वास्तविकता के एक ऐसे स्तर की झलक मिली है जिसमें सारा ज्ञान समाहित है, समय और स्थान अर्थहीन हैं, और जो प्रेममय प्रकाश से भरा है। (15)
प्रख्यात भौतिक विज्ञानी डॉ. डेविड बोहम ने वास्तविकता के परम स्वरूप को निरंतर परिवर्तनशील एकीकृत ऊर्जा के रूप में वर्णित किया। उनके अनुसार, जीवन को निरंतर गतिमान ऊर्जा के विशाल समग्र रूप में सबसे अच्छी तरह से समझा जा सकता है। हमारा भौतिक संसार एक विशाल समुद्र में उठने वाली एक छोटी सी लहर के समान है, इस उमंग भरे ऊर्जा के मिश्रण से उत्पन्न एक तरंगनुमा उत्तेजना के समान है।
बोहम ने वास्तविकता के दो स्तरों की परिकल्पना की जो एक साथ मौजूद होते हैं और एक दूसरे को ओवरलैप करते हैं।
भौतिक व्यवस्था ऊर्जा की अभिव्यक्ति है जिसे हमारी इंद्रियां समय और स्थान से बंधी भौतिक वास्तविकता के रूप में अनुभव करती हैं। निरपेक्ष या अंतर्निहित व्यवस्था अनंत है, जो शुद्ध ऊर्जा से बनी है।

और यह भौतिकता से परे है। ये दोनों व्यवस्थाएँ मिलकर एक अविभाजित संपूर्णता का निर्माण करती हैं जो निरंतर प्रवाहित होती रहती है और परिवर्तित होती रहती है।
यहां तक कि "रिक्त स्थान" भी इस ऊर्जा से भरा हुआ है जो अंततः एक समग्र गति में विलीन और एकजुट हो जाती है, बोहम द्वारा वास्तविकता की गतिशील और समग्र प्रकृति के लिए प्रयुक्त शब्द। प्लेटो, प्लोटिनस, स्पिनोज़ा और हेगेल जैसे पश्चिमी दार्शनिकों ने सदियों से इस गहन एकीकृत वास्तविकता का वर्णन किया है, और भौतिकविदों ने भी 50 वर्षों से अधिक समय से इसका वर्णन किया है।
लॉरेंस लेशान ने अपनी पुस्तक, द मीडियम, द मिस्टिक, एंड द फिजिसिस्ट में कहा है, “आधुनिक वैज्ञानिक के लिए जैविक मृत्यु के बाद व्यक्तित्व के अस्तित्व की संभावना के बारे में सोचना बहुत मुश्किल है क्योंकि वह मानता है कि मस्तिष्क और मन एक ही हैं। इसे ‘सत्य’ के रूप में स्वीकार किया जाता है, और यह शायद ही कभी महसूस किया जाता है कि यह एक धारणा है और अन्य अवधारणाएँ भी संभव हैं।” (16)

वास्तविकता का स्वरूप
यह एक वैज्ञानिक तथ्य है कि मानव मस्तिष्क और पाँचों इंद्रियाँ, चाहे वे कितनी भी अद्भुत क्यों न हों, वास्तविकता को समझने में बहुत सीमित हैं। उदाहरण के लिए, मनुष्य आमतौर पर कुत्ते की सीटी नहीं सुन सकते या हमिंगबर्ड की तरह सफेद रंग के आठ शेड्स में अंतर नहीं कर सकते। जो प्रतीत होता है
हमारी आँखों को जो सफेद प्रकाश दिखाई देता है, वह वास्तव में, एक साधारण प्रिज्म द्वारा देखने पर, रंगों का इंद्रधनुष होता है। विद्युतचुंबकीय स्पेक्ट्रम में कई तरंगदैर्ध्य होते हैं, उदाहरण के लिए एक्स-रे, जिन्हें मानव इंद्रियाँ महसूस नहीं कर सकतीं।
यहां एक और वैज्ञानिक तथ्य है जो मस्तिष्क की सीमित अवधारणात्मक क्षमता को उजागर करता है, जो बदले में, मानवता के सामूहिक भ्रम में योगदान देता है।

भले ही आपको ऐसा लगे कि आप स्थिर खड़े हैं, लेकिन पृथ्वी 66,000 मील प्रति घंटे की रफ्तार से घूमती है और हर साल सूर्य के चारों ओर 595,000,000 मील की दूरी तय करती है। साथ ही, पृथ्वी अपनी धुरी पर भी घूमती है। जब आप इस सारी गति को महसूस ही नहीं कर सकते, तो वास्तविकता को सही ढंग से समझने के लिए केवल अपनी पांच इंद्रियों पर ही क्यों निर्भर रहें?
प्रसिद्ध आविष्कारक और गणितज्ञ बकमिनस्टर फुलर ने कहा था कि वास्तविकता का 99 प्रतिशत हिस्सा हमारी इंद्रियों के लिए अमूर्त है।
हवा, बिजली और गुरुत्वाकर्षण जैसी महत्वपूर्ण घटनाएं वास्तविक हैं, फिर भी मानव इंद्रियों द्वारा उनका अनुभव नहीं किया जा सकता। "असंवेदी दुनिया," वास्तविकता का वह विशाल हिस्सा है जिसका अनुभव हमारी इंद्रियों द्वारा नहीं किया जा सकता।

इंद्रियों द्वारा प्रदत्त ज्ञान भी उतना ही वास्तविक है। कहने का तात्पर्य यह है कि जीवन में आँखों और अन्य इंद्रियों द्वारा बोधित ज्ञान से कहीं अधिक कुछ है। यदि आप केवल अपनी इंद्रियों द्वारा बोधित ज्ञान पर विश्वास करते हैं, तो आप वास्तविकता के एक बड़े हिस्से से वंचित रह जाते हैं।
डॉ. दीपक चोपड़ा ने कहा: “यद्यपि हमारी त्वचा और हड्डियों का ढाँचा बहुत विश्वसनीय प्रतीत होता है, यह एक मुखौटा है, एक भ्रम है, जो हमारे सच्चे स्वरूप को छुपाता है, जिसकी कोई सीमा नहीं है… मैं साक्षी हूँ, व्याख्याकार हूँ, आत्म-छवि से परे का आत्म हूँ। यह आत्म शाश्वत और कालातीत है…” (17)
अपनी पुस्तक 'द फील्ड' में लिन मैकटेगार्ट ने कहा है: "हमारे सबसे मूलभूत स्तर पर, मानव मन और शरीर अपने परिवेश से अलग और पृथक नहीं हैं, बल्कि स्पंदित शक्ति का एक समूह हैं जो निरंतर इस विशाल ऊर्जा सागर के साथ परस्पर क्रिया करते रहते हैं... दो मूलभूत भौतिक सत्ताएँ नहीं हैं—एक भौतिक और दूसरी अभौतिक—बल्कि केवल एक ही है: ऊर्जा।" मैकटेगार्ट द्वारा साक्षात्कार किए गए क्वांटम और उच्च-ऊर्जा भौतिक विज्ञानी इस बात से सहमत हैं।
शारीरिक मृत्यु के बाद चेतना के अस्तित्व के संबंध में, मैकटेगार्ट ने कहा: “जैसा कि फ्रिट्ज-अल्बर्ट पॉप ने वर्णित किया है, जब हम मरते हैं तो हम

अपनी कोशिकाओं के पदार्थ से अपनी आवृत्ति के ‘वियोग’ का अनुभव करते हैं। मृत्यु केवल घर लौटने का मामला हो सकता है या, अधिक सटीक रूप से, पीछे रह जाने का—क्षेत्र में लौटने का।” (18)
पारंपरिक ज्ञान स्रोतों ने सिखाया है कि परम आत्मा एक कुशल कुम्हार या चित्रकार के समान है जो नए सिरे से रचना करने से पहले बर्तन या चित्र बनाता है और फिर उन्हें एक तरफ रख देता है। हिंदू मतों के अनुसार, स्रोत ऊर्जा विभिन्न चरणों में श्वास लेती है, जिसके परिणामस्वरूप निराकारता दिखाई देती है, और फिर श्वास छोड़ती है जिससे वास्तविकता के अधिक ठोस या आकारित रूप बनते हैं। ये प्राचीन शिक्षाएँ क्वांटम भौतिकी द्वारा वास्तविकता की तरंग/कण प्रकृति के परिवर्तनशील वर्णन की तुलना में विशेष रूप से प्रभावशाली हैं। वर्तमान क्षण को निराकार ऊर्जा के रूप में देखा जाए या आकारित पदार्थ के रूप में, यह काफी हद तक प्रेक्षक पर निर्भर करता है।

समय की सापेक्षिक वास्तविकता
समय को समझना एक कठिन अवधारणा है, लेकिन यह मानकर चलना कि यह केवल सापेक्षिक रूप से ही वास्तविक है, एक अच्छी शुरुआत हो सकती है। समय को शायद सबसे अच्छे तरीके से शाश्वत वर्तमान क्षणों की एक श्रृंखला के रूप में समझा जा सकता है, ऊर्जा का एक अंतहीन नृत्य जो अनंत संभावनाओं के रूप में प्रकट हो सकता है।

पृथ्वी की मूल संस्कृतियों में समय को रैखिक के बजाय चक्रीय या वृत्ताकार घटना के रूप में देखा जाता था। यह समझना कि जीवन कभी समाप्त नहीं होता, जीवन के स्पष्ट अन्याय और त्रासदियों को समझने का मार्ग प्रशस्त करता है। समय पर केंद्रित विशुद्ध भौतिक दृष्टिकोण से, पाँच वर्ष के बच्चे की मृत्यु एक बड़ी और निरर्थक त्रासदी प्रतीत होती है। केवल शाश्वत आत्मा के दृष्टिकोण से ही यह कम दुखद लगती है।
निम्नलिखित दो कहानियाँ आपको यह समझने में मदद कर सकती हैं कि मानव अवतार कितना क्षणभंगुर है और इसके विपरीत, अनंत काल कितना लंबा है।
गहन सम्मोहन के तहत 'लाइफ बिटवीन लाइव्स' तकनीक की स्थापना 'जर्नी ऑफ सोल्स' के लेखक माइकल न्यूटन, पीएच.डी. ने की थी।

उन्होंने और दुनिया भर के कई प्रशिक्षित चिकित्सकों ने हजारों लोगों से प्राप्त स्वतंत्र रिपोर्टें साझा की हैं जो समय की सापेक्ष प्रकृति का वर्णन करती हैं।
दूसरी दुनिया में अपने सामूहिक संवाद के दौरान, आत्माएं वास्तव में ताश खेलने सहित कई प्रकार के शारीरिक अनुभवों का आनंद लेती हैं।
कल्पना कीजिए कि एक आत्मा पोकर का खेल खेल रही है और एक हाथ खत्म होते ही कहती है: "इस हाथ में मुझे मत दो; मैं सांसारिक अनुभव के लिए जा रही हूँ।" पृथ्वी पर नब्बे वर्षों के विकास के विभिन्न चरणों से गुजरते हुए उसके कई वर्ष बीत जाते हैं: मानव जन्म, बचपन, यौवन, युवावस्था, मध्य आयु, वृद्धावस्था और अंततः शारीरिक मृत्यु।
लेकिन आध्यात्मिक दृष्टि से यह सब कुछ पल भर का ही लगता है। आत्मा लौट आती है और उसके साथी आत्माएं उसके जाने से पहले शुरू किए गए काम को पूरा कर रही होती हैं। नई आई आत्मा कहती है: “ठीक है, मैं वापस आ गई हूँ। मुझे भी शामिल कर लो।” कोई इस पर ज्यादा ध्यान नहीं देता क्योंकि वे समझते हैं कि पृथ्वी पर जन्म लेना अनंत संभावनाओं के क्षेत्र में बस एक बहुत ही संक्षिप्त प्रवास है।
एक प्राचीन हिंदू कथा आपको यह समझने में मदद कर सकती है कि अनंत काल कितना लंबा होता है। हिमालय ग्रेनाइट पर्वतों की एक विशाल श्रृंखला है। कल्पना कीजिए कि एक कबूतर अपनी चोंच में रेशमी दुपट्टा लिए उड़ रहा है।
हर हज़ार साल में एक बर्फ़ उन पहाड़ों के ऊपर से गुज़रती है और अपनी चादर से चोटियों को हल्के से छूती है। ज़रा सोचिए, इस प्रक्रिया में इन शानदार पहाड़ों को पूरी तरह से समतल करने में कितना समय लगेगा। यह तो अनंत काल की शुरुआत मात्र है।

मनुष्य ऊर्जा और चेतना के प्राणी के रूप में
मनुष्य ऊर्जा से भरे प्राणी हैं जो ठोस प्रतीत होते हैं। इस दृश्य भ्रम के कारण आपके सार को सही ढंग से समझना कठिन हो जाता है।
विज्ञान ने लंबे समय से यह सिद्ध किया है कि पदार्थ मुख्यतः स्थान और ऊर्जा से बना होता है, लेकिन अधिकांश लोग इस तथ्य के निहितार्थों को नहीं समझते। आप केवल ठोस पदार्थ से बने एक प्राणी नहीं हैं जो शरीर के साथ ही मर

जाता है। वैज्ञानिक दृष्टि से, आप ऊर्जा और प्रकाश से बना एक अविनाशी प्राणी हैं। धार्मिक भाषा में कहें तो, आप एक शाश्वत आत्मा हैं।
पीटर रसेल, डी.सी.एस., जिन्होंने 'वेकिंग अप इन टाइम' पुस्तक लिखी है, विश्व के अग्रणी गणितज्ञों और भौतिकविदों में से एक हैं। उनका कहना है कि समय, स्थान और पदार्थ केवल सापेक्षिक रूप से ही वास्तविक हैं। केवल प्रकाश को ही आसपास की परिस्थितियों से अप्रभावित पूर्णतः वास्तविक माना जा सकता है। वे यह भी बताते हैं कि प्रकाश और चेतना में महत्वपूर्ण समानताएं पाई जाती हैं।
रसेल चेतना को अनुभवों को प्राप्त करने की क्षमता के रूप में परिभाषित करते हैं और कहते हैं कि यह एक स्क्रीन की तरह है जिसकी आवश्यकता मूवी प्रोजेक्टर को फिल्म देखने के लिए होती है। उन्होंने कहा कि मुख्यधारा के विज्ञान को जल्द ही यह स्वीकार करने के लिए मजबूर होना पड़ सकता है कि चेतना प्राथमिक है, यानी मस्तिष्क का केवल एक अस्थायी उप-उत्पाद नहीं है। (19)
सभी जीवों के भीतर एक विद्युत चुम्बकीय क्षेत्र सक्रिय होता है और मनुष्य जैव-ऊर्जावान प्राणी हैं। किरलियन फोटोग्राफी के रूसी शोधकर्ताओं का कहना है कि सभी जीवित प्राणियों—पौधों, जानवरों और मनुष्यों—के पास न केवल परमाणुओं और अणुओं से बना भौतिक शरीर होता है, बल्कि उनके पास ऊर्जा का एक प्रतिरूप भी होता है जिसे वे "जैविक प्लाज्मा शरीर" कहते हैं। जैसा कि रॉबर्ट ओ. बेकर, एम.डी., द बॉडी इलेक्ट्रिक के लेखक ने कहा है: "जीवन के विद्युतीय आयाम के ज्ञान ने दर्द, उपचार, विकास, चेतना और स्वयं जीवन की प्रकृति के बारे में मौलिक अंतर्दृष्टि प्रदान की है..." (20) कायरोप्रैक्टिक स्वास्थ्य देखभाल विज्ञान की नींव उन्नीसवीं शताब्दी से चली आ रही एक समग्र दार्शनिक अवधारणा पर आधारित है। कायरोप्रैक्टिक के संस्थापकों का मानना था कि वास्तविकता अंततः उस सार्वभौमिक बुद्धि से बनी है जिसने ब्रह्मांड की रचना की और उसे बनाए रखा है।
इस जीवन शक्ति का एक अंश, जिसे "जन्मजात बुद्धि" कहा जाता है, समस्त सृष्टि में विद्यमान है। कायरोप्रैक्टिक का उद्देश्य "मनुष्य के भौतिक और आध्यात्मिक पहलुओं को जोड़ना" था। उनका कहना था कि उपचार "ऊपर से नीचे, अंदर से बाहर" होता है, जब बुद्धि और ऊर्जा के इष्टतम प्रवाह में कोई बाधा नहीं होती।

सुदूर पूर्व के दर्शनशास्त्रों में लंबे समय से मनुष्यों को उनके संपूर्ण स्वरूप में एक विद्युतीय घटक के रूप में देखा जाता रहा है।

इस मॉडल के अनुसार, मनुष्य ऊर्जा से भरपूर प्राणी हैं जिनके शरीर में द्विध्रुवीय विद्युतचुंबकीय शक्ति का प्रवाह होता है जो उन्हें जीवंत बनाता है। इस रहस्यमय शक्ति को चीन में ची, जापान में की, भारत में प्राण और पश्चिमी जगत में प्राण शक्ति कहा जाता है। इस घटना के और भी प्रमाण उन संवेदनशील लोगों से मिलते हैं जिनकी अलौकिक इंद्रिय बोध क्षमता अधिक होती है और जो आभा और ऊर्जा क्षेत्रों को देख सकते हैं।
ऊष्मागतिकी का पहला नियम, ऊर्जा संरक्षण का नियम, कहता है कि ऊर्जा को नष्ट नहीं किया जा सकता, बल्कि यह केवल अपना रूप बदलती है। वस्तुएँ एक रूप से दूसरे रूप में परिवर्तित हो सकती हैं, लेकिन यह उनका अंत नहीं है। उदाहरण के लिए, लकड़ी के एक टुकड़े में निहित स्थितिज ऊर्जा जलने पर ऊष्मीय ऊर्जा में परिवर्तित हो जाती है। राख बच जाती है और मुक्त ऊष्मा ऊर्जा सभी दिशाओं में विकीर्ण होती है। बाहरी परिवर्तनों के बावजूद, प्रणाली की कुल ऊर्जा अपरिवर्तित रहती है।
सभी साक्ष्यों से यह संकेत मिलता है कि यही नियम उन मनुष्यों पर भी लागू होता है जो अपने भौतिक शरीर को त्यागने के बावजूद अस्तित्व में बने रहते हैं।

निष्कर्ष और कार्रवाई के चरण
जैसा कि आपने देखा है, इस बात के पर्याप्त वैज्ञानिक प्रमाण हैं कि वास्तव में कोई मरता नहीं है। यह जानकारी उन संशयवादियों के लिए विशेष रूप से महत्वपूर्ण है जो वस्तुनिष्ठ वैज्ञानिक प्रमाण को महत्व देते हैं। मृत्यु के बाद चेतना के अस्तित्व पर अतिरिक्त शोध जारी है। कई व्यवहार वैज्ञानिकों ने पहले ही इस क्षेत्र में वैज्ञानिक रूप से मान्य अध्ययन प्रस्तुत किए हैं।

∞ इन मुद्दों पर परिवार और दोस्तों के साथ चर्चा करें; यह जानकारी आपकी धार्मिक और दार्शनिक मान्यताओं से किस प्रकार मेल खाती है?
∞ ऐसे अध्ययन समूह या पुस्तक क्लब में शामिल हों जो इन विषयों पर अधिक गहराई से विचार करते हों।
आगे पढ़ें और स्वयं वैज्ञानिक प्रमाणों की विशाल मात्रा का अन्वेषण करें।
∞ रसायन विज्ञान, भौतिक विज्ञान और क्षेत्र सिद्धांत का अध्ययन करें ताकि आप इस अनुभाग में चर्चा किए गए वैज्ञानिक सिद्धांतों को बेहतर ढंग से समझ सकें।

लाभ

अपने उद्देश्य और आत्मा के मिशनों का पालन करने के लिए अधिक स्पष्टता और साहस।

"मैं कैसे जान सकता हूँ कि मेरी आत्मा के उद्देश्य क्या हैं?" यह एक बहुत ही सामान्य और महत्वपूर्ण प्रश्न है।
उत्तरी कैरोलिना की एक बुजुर्ग महिला मार्गरेट ने मेरी कार्यशाला में बताया कि उन्हें नहीं पता कि उनका उद्देश्य क्या है। उन्होंने कहा, "मैंने कोशिश की है।"
“मैंने इसे समझने की कोशिश की,” उसने कहा, “लेकिन मुझे कुछ समझ नहीं आ रहा।” अपने जीवन के उद्देश्य को स्पष्ट करने के प्रयास में, मैंने उससे पूछा कि वह अपना समय कैसे व्यतीत करती है। “बस यही बात है। पिछले सात वर्षों में, मैंने आठ बीमार मित्रों और परिवार के सदस्यों की मदद की है और उनके निधन तक उनके साथ रही हूँ। मैं इतनी व्यस्त रही हूँ कि मुझे अपने जीवन के उद्देश्य तय करने का समय ही नहीं मिला।”
काश, सभी सवालों का हल इतना ही आसान होता।
अपने अनंत और शाश्वत स्वरूप को जानना अनेक वरदान देता है। इनमें से एक है अपने सबसे बड़े आनंद का अनुसरण करने के लिए स्वयं पर पर्याप्त विश्वास करना। आपके अद्वितीय मार्ग को प्रकट करने का इससे स्पष्ट तरीका क्या हो

सकता है कि आप किस चीज़ के प्रति उत्साहित और भावुक हैं? जैसा कि जोसेफ कैम्पबेल ने कहा: "यदि आप अपने आनंद का अनुसरण करते हैं, तो आप स्वयं को एक ऐसे मार्ग पर ले जाते हैं जो हमेशा से वहीं मौजूद था, आपकी प्रतीक्षा कर रहा था, और जिस जीवन को आपको जीना चाहिए, वही जीवन आप जी रहे हैं।"
अपने दिल की सुनो और वही करो जो तुम्हें करने की प्रेरणा मिले, बस सुनहरे नियम का पालन करो। अपनी अंतरात्मा पर भरोसा रखो, वह समझदार आंतरिक आवाज जो जीवन के हर पहलू में तुम्हारा मार्गदर्शन करती है। जैसे-जैसे अधिक से अधिक लोग—आपसे शुरू करके—अपने सुख की खोज करेंगे, जीवन की पहेली के टुकड़े अपने आप सुलझते चले जाएंगे।
इस बात के पुख्ता प्रमाण मौजूद हैं कि आपका शाश्वत स्वरूप, आदर्श रूप से आपकी उच्च ऊर्जा सहायता और प्रकाश के अनुरूप, पृथ्वी पर आने से पहले ही कुछ निश्चित उद्देश्यों का चयन कर चुका था। उन उद्देश्यों के संकेत आपके सबसे बड़े सपनों और इच्छाओं से प्रकट होते हैं। आपके पास साझा करने के लिए विशेष जीवन दृष्टियाँ और विशेष प्रतिभाएँ हैं। ब्रह्मांड स्वाभाविक रूप से उन लोगों का समर्थन करता है जो पृथ्वी पर अधिक शांति, आनंद, प्रेम और प्रकाश लाने के लिए काम करते हैं।

यह सलाह न केवल सैद्धांतिक है बल्कि अव्यावहारिक भी है। यह उपयोगी जानकारी है जो आपके जीवन की गुणवत्ता और संभवतः अवधि को बढ़ा सकती है। उदाहरण के लिए, दिल का दौरा पड़ने का सबसे आम समय सोमवार की सुबह होता है। दिन-प्रतिदिन, साल-दर-साल एक नीरस मार्ग का अनुसरण करने से अंततः आपके हृदय की संरचना प्रभावित हो सकती है।
मैंने कई ऐसे लोगों को सलाह दी है जो अपने काम से नफरत करते थे लेकिन अपने सपनों को पूरा करने से डरते थे। वे कहते हैं, "सेवानिवृत्ति के बाद, मैं अपना वो छोटा सा व्यवसाय शुरू करूँगा जिसका मैंने हमेशा सपना देखा है।" जब मैं उनसे उनके जीवन के सपने के बारे में पूछता हूँ, तो वे हमेशा कुछ पल के लिए रुक जाते हैं। फिर उनकी आँखें चमक उठती हैं जब वे बताते हैं कि "अगर ऐसा हो पाता तो" वे क्या करते... सच तो यह है कि हर व्यक्ति अपने दिल की आवाज़ सुन सकता है। ऐसा करना, कम से कम अंशकालिक रूप से, आज एक संतुष्टिदायक और आनंदमय जीवन जीने की कुंजी है।

अपने जीवन के सर्वोच्च उद्देश्यों की पूर्ति करना आमतौर पर एक बहुआयामी प्रक्रिया है। जीवन में आपकी अनेक भूमिकाएँ होती हैं—परिवार का सदस्य, जीवनसाथी, मित्र, सहकर्मी, चर्च या समूह का सदस्य, समुदाय का भागीदार और एक व्यक्ति। अपनी परम संतुष्टि का अनुसरण करने का अर्थ यह नहीं है कि आप केवल एक पहलू पर ध्यान केंद्रित करें और अन्य सभी भूमिकाओं को त्याग दें। इसके विपरीत, पूर्णतः सफल होना और अपने सर्वोच्च लक्ष्य को प्राप्त करना, अपनी सभी भूमिकाओं को त्रुटिहीन रूप से निभाना है।
अपनी विभिन्न भूमिकाओं को निभाना चुनौतीपूर्ण हो सकता है, लेकिन यह संभव है। अपने सपनों को पहचानना और उन्हें पूरा करने का संकल्प लेना पहला कदम है। कुछ लोगों में परिस्थितियाँ और साहस होता है जिससे वे अचानक बदलाव लाकर अपने लक्ष्य को पूरी तरह से अपना लेते हैं। वहीं कुछ लोग समय के साथ धीरे-धीरे आगे बढ़ने का विकल्प चुनते हैं। आप जो भी रास्ता चुनें, अभी से शुरुआत करें!
कुछ पल के लिए अपनी पूरी कल्पना शक्ति का उपयोग करते हुए सपने देखें, फिर इस प्रश्न का उत्तर दें: "यदि आपको पता होता कि आप असफल नहीं हो सकते, तो आप क्या करते?" अपने मन में उठने वाले विचारों को बहने दें और उस रोमांच को महसूस करें, क्योंकि शायद पहली बार आप अपने सच्चे स्वरूप की पुकारों से अवगत हो रहे हैं। उनका अनुसरण करने से आप उस आनंद और उद्देश्य से जुड़ जाएंगे जो आपका जन्मसिद्ध अधिकार है।
साथ ही, समझदारी से काम लें। इस बारे में मध्य पूर्व की एक कहावत है: "अल्लाह पर भरोसा रखो, लेकिन अपने ऊंट को बांध कर रखो।" दैनिक जीवनयापन के लिए एक निश्चित आय आवश्यक है, इसलिए जल्दबाजी में अपनी मौजूदा नौकरी न छोड़ें। अपने वर्तमान काम से जुड़े रहें और धीरे-धीरे अपनी सेवाओं का विस्तार करें, जब तक कि आप स्वाभाविक रूप से अपने उच्च उद्देश्य की ओर अग्रसर न हो जाएं।
अपनी आत्मा के उद्देश्य को पहचानने की शुरुआत करने के लिए, अपनी आँखें बंद करें, खुद को आराम करने दें और उस सर्वस्व से सहायता मांगें जो मौजूद है।

अपने सबसे बड़े गुणों को साझा करने में मार्गदर्शन और सहायता के लिए धन्यवाद दें। फिर अपने भीतर की उस शांत आवाज़ को ध्यान से सुनें। किसी भी

संकेत पर ध्यान दें - शब्द, चित्र, भावनाएँ, रंग, लोग या स्थान - जो आपको यह संकेत देते हैं कि
अचानक उत्पन्न होने वाली प्रतिक्रिया को नोट करते हुए निम्नलिखित प्रश्नों के उत्तर दें:
◆ आपमें स्वाभाविक रूप से किस चीज की अच्छी क्षमता है?
◆ अगर पैसों की कोई कमी न हो तो आप क्या करेंगे?
◆ अगर आपके पास जीने के लिए सिर्फ एक साल बचा हो तो आप क्या करेंगे?
◆ अगर आपको पता होता कि आप असफल नहीं हो सकते, तो आप क्या करते?
◆ आप बिना वेतन के कौन सा काम करेंगे क्योंकि आपको वह करना अच्छा लगता है? ◆ आप अपने खाली समय में क्या पढ़ते और किस बारे में बात करते हैं?
◆ ऐसी कौन सी बात है जो आपको भावुक कर देती है और आपके रोंगटे खड़े कर देती है, आपको ठंडक का एहसास कराती है, आपकी आंखों में आंसू ला देती है या आपके सीने पर दबाव महसूस कराती है?
◆ आपको किस प्रकार दूसरों की सेवा करने और दुनिया को बेहतर बनाने की प्रेरणा मिलती है?

आप SoulProof.com पर Shop के अंतर्गत उपलब्ध Ask Your Soul ऑडियो उत्पाद के माध्यम से भी अपने आंतरिक उद्देश्यों तक पहुंच सकते हैं।
कुछ लोग सोचते हैं कि उन्हें अकेले ही दुनिया बदलनी है। चर्च का पुराना भजन, "जहाँ आप हैं, वहाँ रोशनी फैलाएँ", यही संकेत देता है। अपनी पूरी कोशिश करें और जानें कि यही काफी है। अपने दयालु हृदय से जानें कि किसे मदद की ज़रूरत है और कैसे। और अपनी प्राथमिकताओं की सूची में खुद को भी शामिल करना न भूलें।
एक दिन आप इस चुनौतीपूर्ण लेकिन बेहद रोचक और ज्ञानवर्धक कक्षा से स्नातक हो जाएंगे। तब तक, आपका कर्तव्य है सीखना, प्रेम करना, विकास करना, सेवा करना, आनंद लेना और इस ग्रह को उससे बेहतर बनाना जब आप यहाँ आए थे। क्यों न इसे एक सफल और प्रबुद्ध इंसान के रूप में गरिमा और शान से पूरा करें?

साक्ष्य माध्यम इनपुट
1927 में 25,000 डॉलर का भारी भरकम इनाम होने के बावजूद, अटलांटिक महासागर को अकेले पार करने में कोई भी सफल नहीं हुआ था। विजेता ने यह कैसे किया? उन्होंने बताया कि कुछ अलौकिक शक्तियों ने उनका मार्गदर्शन किया और थकान और नींद आने पर उन्होंने ही नियंत्रण संभाला। पायलट ने इन अलौकिक शक्तियों को पारदर्शी, गतिशील, मानवीय आवाज़ में बोलने वाली और मित्रवत बताया। पायलट ने कहा कि आत्माओं की दुनिया से आए ये दूत उनके लिए परिवार और दोस्तों के एक समूह की तरह थे, जिन्हें वे पहले से जानते थे।
कर्नल चार्ल्स ए. लिंडबर्ग ने अपनी आत्मकथा 'द स्पिरिट ऑफ सेंट लुइस' में आत्मा की सहायता से की गई अपनी उड़ान के बारे में लिखा है।
क्या आत्माएं हमसे संपर्क कर सकती हैं और हमारी सहायता कर सकती हैं? और क्या अलौकिक शक्तियों से संपन्न मनुष्य उनसे सटीक रूप से संवाद कर सकते

हैं? ये प्रश्न कई वर्षों से मानवता को आकर्षित करते रहे हैं। पांच विश्वविद्यालयों और अनुसंधान केंद्रों में किए गए प्रत्यक्ष माध्यमों के वैज्ञानिक अध्ययनों ने अब दूसरे प्रश्न का सकारात्मक उत्तर दिया है।
इन माध्यमों से मिली रिपोर्टों के अनुसार, पहला प्रश्न भी सत्य है। साक्ष्य माध्यम उन संवेदनशील व्यक्तियों के लिए इस्तेमाल किया जाने वाला शब्द है जो दिवंगत लोगों को महसूस कर सकते हैं। ये माध्यम प्रदान करते हैं ऐसी विशिष्ट और विस्तृत जानकारी जो तब तक ज्ञात नहीं हो सकती जब तक कि वे वास्तव में उन लोगों के साथ संवाद न कर रहे हों जिन्होंने दुनिया को बदल दिया है।
माध्यम अपनी सामान्य दृष्टि (दिव्य दृष्टि), श्रवण (श्रवण दृष्टि), स्पर्श (संवेदना दृष्टि) या इन सभी के संयोजन से दूसरों को महसूस कर सकते हैं। हालांकि, अक्सर उनकी इंद्रियां अधिक सूक्ष्म होती हैं और उनके मन से संचालित होती हैं: वे अपने मन की दृष्टि से पृथ्वी से विदा हो चुके व्यक्ति को देखते हैं; वे टेलीपैथी के माध्यम से सुनते हैं; या उनके पास एक प्रबल ज्ञान या अनुभूति होती है।

कुछ लोग अभी भी नकली माध्यमों के दुरुपयोग के कारण कुछ माध्यमों की वैधता से अनजान हैं। धोखाधड़ी करने वाले माध्यम ग्राहकों को ठगने के लिए छल, बिना जान-पहचान के रीडिंग, फिशिंग और अन्य बेईमानी भरे तरीकों का इस्तेमाल कर सकते हैं। कुछ अन्य माध्यम बहुत ही सामान्य जानकारी देकर घटिया या औसत दर्जे के परिणाम देते हैं। उदाहरण के लिए, सत्तर वर्षीय व्यक्ति को यह बताना कि उसकी दादी की मृत्यु हो गई है और वह उससे बहुत प्यार करती है, केवल उन लोगों को प्रभावित करेगा जो मृत्यु के भय से किसी भी तरह की उम्मीद पर भरोसा करते हैं।
अन्य गलत जानकारी रखने वाले संशयवादी और आलोचक वैध माध्यमवाद की संभावना को खारिज कर देते हैं क्योंकि उनका धार्मिक संप्रदाय आत्माओं से संवाद को खतरनाक मानता है। हालांकि, जैसा कि जॉर्ज एंडरसन ने चर्चा की है, इतिहास में ऐसे कई उदाहरण मिलते हैं जिनमें स्थापित चर्च द्वारा माध्यमों को शैतानी माना जाता था, लेकिन अब उन्हें वैध माना जाता है। उदाहरण के लिए, 19 वीं शताब्दी में,

बर्नडेट सोबिरस—एक अनपढ़ किसान लड़की जिसने मदर मैरी से संवाद किया—को मानसिक रूप से अक्षम माना जाता था। लेकिन अब फ्रांस के लूर्डेस में हुए दर्शनों के बारे में उसकी जागरूकता को एक आशीर्वाद माना जाता है। प्रत्यक्षदर्शी माध्यम किसी भी प्रकार के बुरे इरादे से स्पष्ट रूप से इनकार करते हैं। इसके विपरीत, वे अपनी अलौकिक शक्तियों को एक पवित्र दायित्व मानते हैं।
जैसे पृथ्वी पर, वैसे ही अन्य लोकों में भी असंतुलित प्राणी प्रतीत होते हैं – जिन्हें चंचल और द्वेषपूर्ण आत्माएँ कहा जाता है – जो दूसरों को हानि पहुँचाना या भ्रमित करना चाहती हैं। केवल इसलिए कि आत्माएँ संवाद कर सकती हैं, इसका अर्थ यह नहीं है कि वे दूसरों को नुकसान पहुँचा सकती हैं। इसका मतलब यह नहीं है कि वे बुद्धिमान और भरोसेमंद हैं। पेशेवर माध्यम हमेशा संदेश और संदेशवाहक का मूल्यांकन करने में विवेक का प्रयोग करते हैं। वे प्रार्थना करते हैं और पुष्टि करते हैं कि यह प्रक्रिया प्रेम और प्रकाश की शक्ति द्वारा निर्देशित और संरक्षित है।
यदि केवल एक माध्यम के पास भी अदृश्य जगत से संवाद करने की वास्तविक क्षमता है, तो उनकी सेवा अत्यंत महत्वपूर्ण है। जैसा कि आप जानेंगे, ऐसे कई माध्यम हैं जिनके कार्य को वैज्ञानिकों, मनोवैज्ञानिकों, मनोचिकित्सकों और अनेक ग्राहकों द्वारा प्रमाणित किया गया है।
यह तथ्य कि साक्ष्य-आधारित माध्यमों द्वारा किया गया विवेक मन पढ़ना या टेलीपैथी नहीं है, कई तरीकों से सिद्ध होता है। सबसे पहले, माध्यम रिपोर्ट करते हैं
उन आत्माओं से संदेश आते हैं जो उनके माध्यम से आती हैं, जरूरी नहीं कि वे ही हों जिन्हें उनके ग्राहक – अनुसंधान संदर्भों में विषय कहा जाता है – संदेश देते हों।
– संपर्क करने की आशा है। वास्तविक सत्रों के रिकॉर्ड किए गए विवरण बताते हैं कि माध्यम किसी विशेष बिंदु पर जोर देते हैं, भले ही ग्राहक उसे अस्वीकार कर दें। कुछ

माध्यमों से मिलने वाले संदेश भविष्य की उन घटनाओं का खुलासा करते हैं जिनके बारे में व्यक्ति सोच भी नहीं सकता। अंत में, कुछ संदेशों में अतीत

की ऐसी जानकारी होती है जो ग्राहकों को संदेश प्राप्त करते समय पता नहीं होती, लेकिन बाद में पता चलती है।
इसकी प्रामाणिकता का एक और मापदंड यह है कि रीडिंग से पहले, साक्ष्य आधारित माध्यमों को अपने ग्राहकों के बारे में उनके पहले नाम के अलावा कुछ भी पता नहीं होता। उन्हें ग्राहकों की स्थिति, उनके आने का कारण या वे किससे बात करना चाहते हैं, इसकी कोई पूर्व जानकारी नहीं होती। इसके बावजूद, कई सटीक विवरण प्रदान किए जाते हैं जो ग्राहकों के लिए सुकून और उपचार का काम करते हैं।

ऐतिहासिक परिप्रेक्ष्य
वी डोंट डाई में, मार्टिन और रोमानोव्स्की ने कहा कि सुकरात और प्लेटो से लेकर एडगर केसी और हेलेन केलर तक, अत्यंत सम्मानित हस्तियों को आत्माओं से संपर्क करने के व्यक्तिगत अनुभव थे। लिंकन व्हाइट हाउस में séances आयोजित किए गए थे। (1)
सिडनी फ्रीमैन, जिन्होंने 'लाइफ आफ्टर डेथ' पुस्तक लिखी, ने बताया कि कई प्रमुख चर्चों ने आत्मा के संचार और मृत्यु के बाद अस्तित्व की विश्वसनीयता को स्वीकार किया था। बीसवीं शताब्दी के आरंभ में, पोप पायस X के शासनकाल में कैथोलिक चर्च ने अज्ञात क्षेत्रों में सावधानी बरतने की सलाह दी, लेकिन फिर भी, "...कुछ प्रख्यात वैज्ञानिकों की रिपोर्टों के आधार पर, मानसिक घटनाओं और बाह्य बुद्धिमत्ता की वैधता को स्वीकार किया।" इसके अलावा, फ्रीमैन ने कहा: “1938 में चर्च ऑफ इंग्लैंड द्वारा आध्यात्मिक मान्यताओं की जांच की गई थी… महत्वपूर्ण बहुमत रिपोर्ट में आंशिक रूप से लिखा है: ‘व्यक्तियों के कुछ असाधारण अनुभव, जिनमें माध्यमों के साथ कुछ अनुभव शामिल हैं, अस्तित्व और आत्माओं से संवाद की संभावना के लिए एक मजबूत प्रथम दृष्ट्या मामला बनाते हैं… हमारा मानना है कि यह परिकल्पना कि वे कुछ मामलों में निराकार आत्माओं से उत्पन्न होते हैं, संभव है।
सच है। हमें इस आश्वासन को सहर्ष स्वीकार न करने का कोई कारण नहीं है कि हम अभी भी उन लोगों के साथ घनिष्ठ संपर्क में हैं जो इस जीवन में हमारे प्रिय

रहे हैं, जो हमारी ही तरह ईश्वर के उद्देश्य को समझने और उसे पूरा करने की दिशा में आगे बढ़ रहे हैं। (2)
1981 के गैलप सर्वेक्षण में, 42 प्रतिशत लोगों ने दावा किया कि उन्हें दिवंगत लोगों की किसी न किसी प्रकार की अनुभूति हुई थी। लेकिन यह कोई हालिया घटना नहीं है। ऐसे लोगों से संवाद की रिपोर्टें सामने आई हैं।

जिन आत्माओं की शारीरिक मृत्यु हुई, उनके बारे में जानकारी हजारों साल पुरानी है। आधुनिक समय में, आत्माओं से संपर्क के वैज्ञानिक अध्ययन की शुरुआत 1882 में लंदन में सोसाइटी फॉर साइकिकल रिसर्च की स्थापना के साथ हुई।
डॉ. ब्रायन वेइस ने कहा, “जैसे-जैसे मैंने मानव मन और चेतना की सीमाओं का अधिक से अधिक अध्ययन किया है, मुझे कुछ असाधारण क्षमताओं वाले लोग मिले हैं। कुछ लोग ऐसी जानकारी प्राप्त कर सकते हैं जो सामान्यतः पाँच इंद्रियों के माध्यम से उपलब्ध नहीं होती। ऐसा लगता है कि उनके पास छठी इंद्रिय, एक आंतरिक ज्ञान या अंतर्ज्ञान है, और कभी-कभी इस तरह से प्राप्त जानकारी काफी महत्वपूर्ण हो सकती है।
सटीक। अन्य लोगों में माध्यम बनने की क्षमता होती है, यानी दूसरी दुनिया के प्राणियों से या शरीर और मस्तिष्क की सामान्य सीमाओं से परे चेतना के अन्य स्रोतों से संदेश और ज्ञान प्राप्त करने और प्रसारित करने की क्षमता। (3)

माध्यमों पर वैज्ञानिक अनुसंधान
जैसा कि हमारी पुस्तक 'ग्रेटर रियलिटी लिविंग' में वर्णित है, गैरी श्वार्ट्ज, पीएचडी, और अन्य अनुसंधान संस्थानों ने माध्यमों की वैधता की जांच करने के लिए कई अध्ययन किए हैं।
एक अध्ययन में, उन्होंने पाँच माध्यमों और उनकी दिवंगत लोगों से सटीक संवाद करने की क्षमताओं की जाँच की। प्रयोगशाला की सख्त प्रक्रियाओं का उपयोग करते हुए, माध्यम उन लोगों को देख या सुन भी नहीं सकते थे जो अपने प्रियजनों से संदेश प्राप्त करने की आशा रखते थे। इसके अलावा, माध्यमों को

उन व्यक्तियों के बारे में कुछ भी जानने का कोई तरीका नहीं था: न उनके नाम, लिंग, आयु वर्ग, पृष्ठभूमि, निवास स्थान या कोई अन्य विवरण।
माध्यमों पर अपने प्रायोगिक शोध की समीक्षा करने के बाद, डॉ. श्वार्ट्ज ने निष्कर्ष निकाला कि लगातार प्राप्त होने वाली जानकारी को सबसे अच्छी तरह से जीवित प्राणियों से प्राप्त जानकारी के रूप में समझाया जा सकता है। यह जानकारी माध्यम द्वारा विषयों से बात करने से पहले ही प्राप्त कर ली गई थी। कई बार, विषय माध्यम से प्राप्त कुछ जानकारी से असहमत होते थे, जो अंततः सही साबित होती थी। कभी-कभी, अदृश्य लोकों में रहने वाले लोग माध्यमों को सही करते थे।
श्वार्ट्ज ने निष्कर्ष निकाला कि आंकड़े उतने ही प्रामाणिक, विश्वसनीय और जीवंत प्रतीत होते हैं जितने कि स्वयं माध्यम, प्रतिभागी, संशयवादी और वैज्ञानिक। वैज्ञानिक प्रयोगात्मक निष्कर्षों ने यही बात स्पष्ट रूप से प्रदर्शित की।

हाँ, कुछ लोग जो खुद को माध्यम कहते हैं, वे 'कोल्ड रीडिंग' तकनीकों पर निर्भर करते हैं, जैसा कि संशयवादियों ने सही कहा है। कुछ अन्य लोग सत्र से पहले गुप्त रूप से प्राप्त जानकारी के साथ 'हॉट रीडिंग' तकनीकों का उपयोग कर सकते हैं। हालांकि, उनके प्रयोगों में, सटीक रीडिंग सुनिश्चित करने के लिए हर संभव उपाय किया गया था। जादूगरों, अन्य वैज्ञानिकों और वीडियो कैमरों से लैस पेशेवर दस्तावेज़ निर्माताओं ने किसी भी प्रकार की धोखाधड़ी को पकड़ने में सहायता की। प्रयोगशाला के बहु-अंधित प्रयोगों को देखने वाले किसी भी व्यक्ति ने वैज्ञानिक पद्धति में कोई गंभीर खामी नहीं बताई है।
इन निष्कर्षों के लिए कोई तर्कसंगत वैकल्पिक व्याख्या नहीं मिली है। सांख्यिकीय विश्लेषण से पता चलता है कि इन सभी परिणामों के संयोगवश घटित होने की संभावना कम से कम 1 ट्रिलियन में 1 है। प्रतिष्ठित पत्रिकाओं में शोध प्रकाशित करने के लिए आमतौर पर 100 या 1000 में से 1 की संभावना का होना आवश्यक होता है। इस प्रकार, मध्यम स्तर के शोध से प्राप्त आंकड़े पारंपरिक वैज्ञानिक पत्रिकाओं में डेटा की वैधता की स्वीकृति के लिए आवश्यक आंकड़ों से 1 बिलियन गुना अधिक हैं।

डॉ. श्वार्ट्ज कहते हैं, “वैज्ञानिक और गैर-वैज्ञानिक दोनों ही आस्था की परीक्षा से गुजर रहे हैं: इस मामले में, क्या हम विश्वास कर सकते हैं।” स्वयं वैज्ञानिक पद्धति में। क्योंकि यदि हम वैज्ञानिक पद्धति पर भरोसा रखें और आंकड़ों से जो पता चलता है उस पर विश्वास करें, तो हम इस परिकल्पना की ओर अग्रसर होते हैं कि ब्रह्मांड हमारी कल्पनाओं से भी कहीं अधिक अद्भुत है। सभी निष्कर्ष मृत्यु के बाद जीवन की अवधारणा और जिसे हम 'जीवित आत्मा परिकल्पना' कहते हैं, के साथ आश्चर्यजनक रूप से सुसंगत हैं।” (4) पिछले बीस वर्षों में एरिजोना विश्वविद्यालय, वर्जीनिया विश्वविद्यालय, स्कॉटलैंड के ग्लासगो विश्वविद्यालय, इंस्टीट्यूट ऑफ नोएटिक साइंसेज और विंडब्रिज इंस्टीट्यूट के शोध से कई डबल-ब्लाइंडेड प्रयोगशाला मीडियमशिप प्रयोग प्रकाशित हुए हैं। इसके अलावा, मीडियमों के मस्तिष्क के इमेजिंग अध्ययनों से पता चलता है कि मीडियमशिप केवल कल्पना से कहीं अधिक है। ये निष्कर्ष टेम्पल विश्वविद्यालय, पेन्सिलवेनिया विश्वविद्यालय और इंस्टीट्यूट ऑफ नोएटिक साइंसेज द्वारा प्रकाशित किए गए थे।
संक्षेप में, 1997 से 2017 तक वास्तविक शोध माध्यमों के साथ किए गए डबल-ब्लाइंडेड और ट्रिपल-ब्लाइंडेड प्रयोगों से यह संकेत मिला है कि सटीक जानकारी उन लोगों से प्राप्त की जा सकती है जो
शारीरिक रूप से उनकी मृत्यु हो चुकी है। इसके अलावा, दूसरी दुनिया से कुछ परिकल्पित आध्यात्मिक सहयोगी भी हैं - जिनमें प्रसिद्ध वैज्ञानिक भी शामिल हैं,

आविष्कारक, व्यावसायिक नेता और मनोरंजनकर्ता सक्रिय रूप से सहयोग करते प्रतीत होते हैं। इन प्रयोगों और निष्कर्षों को डॉ. श्वार्ट्ज की चार पुस्तकों में प्रकाशित किया गया है: द आफ्टरलाइफ एक्सपेरिमेंट्स, द ट्रुथ अबाउट मीडियम, द सेक्रेड प्रॉमिस और एन एथिस्ट इन हेवन।

मीडियम्स के साथ मेरा व्यक्तिगत अनुभव

पिछले दो वर्षों में डॉ. श्वार्ट्ज के साथ मिलकर काम करते हुए, मुझे दुनिया के कुछ सबसे अधिक शोधित माध्यमों से मिलने का अवसर मिला है। वे सबसे स्नेही, बुद्धिमान और
मैं कुछ दयालु लोगों को जानता हूँ। इनमें सुज़ैन गिसेमैन, सुज़ैन विल्सन, सुज़ैन नॉर्थ्रप, टीना पॉवर, मार्क एंथोनी, कार्ल ब्यूहल और जेमी क्लार्क शामिल हैं। मैं उनकी पुस्तकों और माध्यम के रूप में उनकी सेवाओं की अत्यधिक अनुशंसा करता हूँ।
मैंने व्यक्तिगत रूप से उन सभी को 'काम करते हुए' देखा है और जो लोग गुजर चुके हैं उनसे सटीक, सार्थक और विस्तृत संदेश देने की उनकी क्षमताओं से मैं लगातार चकित होता रहता हूं।
संवेदी रूप से संवेदनशील इन लोगों में से अधिकांश पूर्णकालिक माध्यम बनने से पहले महत्वपूर्ण पदों पर कार्यरत थे – जैसे टीवी रिपोर्टर, विश्वविद्यालय प्रशासक, फिल्म निर्माता, वकील, इंजीनियर आदि। गिसेमैन नौसेना कमांडर और ज्वाइंट चीफ्स ऑफ स्टाफ के अध्यक्ष के शीर्ष सहायक थे। संशयवादियों और आलोचकों द्वारा इस्तेमाल किए जाने वाले उन भ्रामक नामों में से कोई भी उन्हें नहीं दिया जा सकता: जैसे कि तंत्र-मंत्र, अंधविश्वास, धोखेबाज या सनकी। उनकी उच्च ईमानदारी, प्रेम और देखभाल की भावना - साथ ही वैज्ञानिक शोधकर्ताओं द्वारा उनकी क्षमताओं का सत्यापन - निःसंदेह विश्वसनीय हैं।
2018 की शुरुआत में टक्सन में जॉन एडवर्ड द्वारा आयोजित एक सामूहिक रीडिंग सेशन के दौरान, मुझे एक माध्यम से जुड़ने का एक अद्भुत अनुभव हुआ। जॉन उन पहले माध्यमों में से एक थे जिन पर डॉ. श्वार्ट्ज ने 1998 में एरिजोना विश्वविद्यालय में शोध किया था। बार-बार किए गए और अच्छी तरह से नियंत्रित डबल ब्लाइंड अध्ययनों से स्पष्ट रूप से पता चला कि जॉन की क्षमताएं
ये क्षमताएं सांख्यिकीय रूप से महत्वपूर्ण स्तरों पर बहुत सटीक थीं। इसके बाद एचबीओ पर प्रसारित हुए विशेष कार्यक्रमों में दोनों को दिखाया गया, जिससे जॉन को प्रसिद्धि मिली और उनकी बेस्टसेलर किताबें, टीवी शो, डिजिटल मंच और प्रमुख मीडिया में उपस्थिति का सिलसिला शुरू हुआ। बीस साल पहले उनकी माध्यमता क्षमताओं को मान्यता देने के लिए आभार व्यक्त करते हुए, जॉन ने डॉ. श्वार्ट्ज को चार अग्रिम पंक्ति के टिकट दिए। मुझे भी

आमंत्रित किया गया था और प्रस्तुति से पहले मंच पर जॉन से मिलने का मुझे बहुत आनंद आया।

लगभग 250 लोग उपस्थित थे। जॉन ने दो घंटे के सत्र के दौरान लगभग पंद्रह लोगों के लिए 'पढ़कर' अपनी बात रखी। अगर मैं संकीर्ण सोच वाला संशयवादी होता, तो मैं कहता कि ये लोग पहले से ही चुने गए थे। लेकिन डॉ. श्वार्ट्ज के साथ बैठने से मुझे याद आया कि जॉन की क्षमताओं को सुनियोजित शोध अध्ययनों में प्रमाणित किया जा चुका है। इसके बाद जो कुछ हुआ, उसने मुझे पूरी तरह से चकित कर दिया, जबकि मैं चालीस वर्षों से अधिक समय से चेतना से संबंधित विषयों का अध्ययन कर रहा हूँ।
जॉन ने एक के बाद एक व्यक्ति को नाम, रिश्ते, मृत्यु का समय और तरीका, और बचपन के उपनाम जैसी विशिष्ट जानकारी दी। सबसे प्रभावशाली बात यह थी कि वह लोगों की अस्वीकृति को स्वीकार नहीं करते थे, बल्कि उन्हें याद रखने की कोशिश करने के लिए कहते थे।
इसका सबसे आश्चर्यजनक उदाहरण एक साठ वर्षीय महिला के साथ हुआ, जो मुझसे कुछ ही पंक्तियों की दूरी पर बैठी थी। जॉन ने उसके पिता के बारे में कई विशिष्ट विवरण पहले ही दे दिए थे और आगे बढ़ने ही वाला था कि तभी उसने देखा कि उसके पिता उसे एक केला दिखा रहे थे। 'केले में ऐसी क्या बात है? यह तो बहुत महत्वपूर्ण लगता है।' महिला ने कहा कि उसके पिता को केले बिल्कुल पसंद नहीं थे, लेकिन उन्हें अंगूर बहुत पसंद थे।
जॉन ने जवाब दिया, 'नहीं, यह फल के बारे में नहीं है। यह एक बड़ा केला है।' महिला को कुछ पता नहीं था; जॉन ने उससे सोचने को कहा और बताया कि वह बाद में फिर पूछेगा। वह दो अन्य लोगों के साथ विस्तृत जानकारी देने चला गया, फिर मेरे पास बैठी महिला के पास लौटा। 'केले के बारे में कुछ पता है?' वह कुछ सोच नहीं पाई और जॉन ने कहा, 'और कोशिश करो। तुम्हारे पिताजी इस पर हार नहीं मानेंगे।'
जॉन ने कुछ और लोगों के लिए पढ़ा और फिर उस महिला के पास लौट आया। 'केला?' महिला को कुछ सूझ नहीं रहा था और जॉन ने कहा, 'आपके पिताजी इस बात पर बहुत अड़े रहते हैं।' यह सुनकर महिला का चेहरा पीला पड़ गया, उसका मुंह खुला रह गया और उसकी आंखों से आंसू बहने लगे। 'हे भगवान!' उसने कहा। 'मैं तो यह सब

भूल ही गई थी। जब मैं छोटी बच्ची थी, मेरे पिताजी के पास केले की पोशाक थी। वह हर हैलोवीन पर केले की तरह कपड़े पहनते थे!'
दर्शक स्तब्ध रह गए। अगर जॉन नकली होता, तो वह केले वाला हमला छोड़ देता ताकि वह बदनाम न दिखे। लेकिन उस महिला का पिता जाहिर तौर पर वहीं मौजूद था और चाहता था कि उसकी बेटी - और हम सब - यह गहराई से समझें कि शारीरिक मृत्यु के बाद भी प्यार और यादें बनी रहती हैं।
घर लौटते समय हम सभी उत्साहित और ऊर्जावान थे। हालाँकि मुझे मृत्यु के बाद के जीवन के प्रमाणों की अच्छी जानकारी है, फिर भी अमर प्राणी होने का मेरा आंतरिक ज्ञान कई गुना गहरा हो गया था। मैंने दूसरों के साथ निम्नलिखित उपमा साझा की: कल्पना कीजिए कि आप एक

बेसबॉल खेल देखना और उसी खिलाड़ी को एक ही खेल में दस होम रन मारते देखना, जॉन के समूह की पठन-पाठन कक्षा देखने जैसा ही था।

माध्यमवादी पठन के उदाहरण
मैं चार ऐसे माध्यमों द्वारा की गई सार्थक रीडिंग के कुछ उदाहरण साझा करूंगा जिन्हें मनोचिकित्सा और मनोविज्ञान के क्षेत्र में विश्वसनीय विशेषज्ञों द्वारा प्रामाणिक माना जाता है।
• जॉर्ज एंडरसन को ब्रायन वीस, एम.डी. और गैरी ई. श्वार्ट्ज, पीएच.डी. द्वारा एक वैध माध्यम माना जाता था।
• जेम्स वैन प्राघ की जांच और पुष्टि डॉ. वीस द्वारा की गई थी।
• रोज़मेरी अल्टेया को बर्नी सीगल, एम.डी., और डॉ. वीस का समर्थन प्राप्त था।
• जॉन एडवर्ड को रेमंड मूडी एम.डी., पीएच.डी. और डॉ. श्वार्ट्ज का समर्थन प्राप्त था।
इसके अलावा, विभिन्न पृष्ठभूमियों से आने वाले कई संतुष्ट ग्राहकों द्वारा इन माध्यमों की वैधता सिद्ध हो चुकी है।
वी आर नॉट फॉरगॉटन में, मार्टिन और रोमानोव्स्की ने इस दूसरे बिंदु का एक उदाहरण दिया। एक महिला ग्राहक के लिए रीडिंग करते समय, जॉर्ज एंडरसन ने बताया कि उनके चाचा, जिनका निधन हो चुका था, अपने जीवनकाल के दौरान किए गए

व्यवहार के लिए बार-बार माफी मांग रहे थे और खुद पर शर्मिंदा थे। महिला ने दृढ़ता से जवाब दिया कि उनके चाचा को किसी भी बात के लिए माफी मांगने की जरूरत नहीं थी; वे उनके चर्च और समुदाय के स्तंभ और एक महान व्यक्ति थे। जॉर्ज अपने पहले के बयानों से पीछे नहीं हटा और यह बताना जारी रखा कि उसके चाचा अपने परिवार के साथ किए गए व्यवहार से कितने दुखी थे। महिला ने फिर से कहा कि ज़रूर कोई गलती हुई होगी क्योंकि उसके चाचा एक बहुत अच्छे इंसान थे जिनके पूरे परिवार के साथ बहुत अच्छे संबंध थे। बाकी की बातें सही थीं और जाते समय महिला ने कहा कि वह रिकॉर्डिंग अपने परिवार को सुनाएगी।
दो साल बाद, वही महिला दूसरी बार रीडिंग करवाने के लिए जॉर्ज के पास लौटी। (वह हर साल हज़ारों ग्राहकों को देखते हैं और इतने सालों में की गई अपनी कई रीडिंग्स का विवरण उन्हें याद नहीं रहता।) रीडिंग शुरू होते ही, जॉर्ज ने जल्दी से बताया कि चाचा फिर से रीडिंग में आए और बार-बार माफ़ी माँग रहे थे। इस बार, महिला की प्रतिक्रिया बिल्कुल अलग थी: “‘बिल्कुल सही, उन्हें माफ़ी माँगनी चाहिए! वह बेटा

"कमीनी! मैं कब्रिस्तान जाकर उसे खोदकर निकालना चाहती हूँ और उसके टुकड़े- टुकड़े कर देना चाहती हूँ!" महिला ने गुस्से से कहा।
जॉर्ज चौंक गया। ज़ाहिर है उसने किसी संवेदनशील मुद्दे को छू लिया था। लेकिन वह ध्यान से सुनता रहा और फिर उसने जो कुछ सुना था उसे दोहराया। "तुम्हारा चाचा कबूल कर रहा है कि उसने अपने भतीजे का यौन उत्पीड़न किया... उसने कहा कि वह तुम्हारे भाई का यौन शोषण कर रहा था।"
महिला ने इस जानकारी की पुष्टि की और बताया कि उसने परिवार के सदस्यों को टेप पर रिकॉर्ड किया हुआ पहला सत्र सुनाया था। जब उसके अब अधेड़ उम्र के भाई ने टेप सुना, तो वह फूट-फूटकर रोने लगा और उन्हें बताया कि उसके चाचा ने उसका यौन उत्पीड़न किया था, लेकिन वह इतना डरा हुआ और शर्मिंदा था कि किसी को बता नहीं पाया। (5)
टॉकिंग टू हेवन में, जेम्स वैन प्राघ ने मर्लिन नाम की एक महिला का मामला बताया, जिसने उनसे रीडिंग के लिए परामर्श लिया था। सत्र के दौरान, उन्होंने सही ढंग से बताया (6):

◆ उसके पति रोजर का नाम, जो हमेशा अपने लाल-सुनहरे बालों को संवारता रहता था।
◆ धुएं और आग से भरा विमान का कॉकपिट: रॉजर की एक साल पहले विमान दुर्घटना में मृत्यु हो गई थी
◆ रॉजर की ओर से सालगिरह की शुभकामनाएँ: उनकी सालगिरह पिछले सप्ताह थी
◆ टॉमी नाम का एक छोटा लड़का: उसका बेटा जो रोजर के साथ दुर्घटना में मारा गया
◆ टॉमी ने अपने बिस्तर के ऊपर टंगे स्टार वार्स पोस्टर को हटाने का अनुरोध किया: उसने कहा कि अब उसे इसकी ज़रूरत नहीं है।
◆ टॉमी ने उसके दूसरे बेटे बॉबी का नाम लिया और कहा कि बॉबी के अपनी लाल कमीज़ को दूसरे दराज से निकालने पर उसे गुस्सा नहीं आया: बॉबी ने आज वही कमीज़ पहनी थी।
◆ रॉजर ने वायु सेना में अपने साथी का नाम, उसकी तैनाती का स्थान और सेवा के दौरान उसके कर्तव्यों का विवरण दिया।

यह जानकारी शारीरिक हावभाव पढ़कर, सामान्य संकेतों का पता लगाकर या तेज़ी से बात करके नहीं मिली थी। इसके बाद, मर्लिन को पूरा यकीन हो गया कि रॉजर और टॉमी जीवित, स्वस्थ और एक दूसरे लोक में साथ हैं। उसका जीवन बदल गया और उसे लगा कि वह फिर से अधिक शांति से जी सकती है।

कई बार, देखने में मामूली लगने वाली बातें भी ग्राहक को बहुत यकीन दिला देती हैं। रोज़मेरी अल्टेया ने एक ऐसी महिला के बारे में बताया जो अपने पति से संपर्क करना चाहती थी। अल्टेया ने बताया कि उन्होंने तुरंत ही उस व्यक्ति से मानसिक संपर्क स्थापित कर लिया:
मैंने जो देखा, उससे मैं दंग रह गई। "मैं यहाँ हूँ," मैंने उसे पुकारते हुए सुना और उसकी आवाज़ की दिशा में देखा। फिर मुझे हंसी आ गई। मेरी बेचारी ग्राहक, जो अपने पति से बात करने की उम्मीद में घबराई हुई और थोड़ी भावुक थी, सोच रही होगी कि आखिर क्या हो रहा है। मैंने जल्दी से समझाया, उम्मीद थी कि वह समझ जाएगी। "यहाँ एक सज्जन हैं," मैंने कहा, "लेकिन वह अपने दोनों

हाथों में दो ज़िंदा हंस लिए हुए हैं, और उनका कहना है कि उनके बिना आना नामुमकिन था।"
मेरी मुवक्किल फूट-फूटकर रोने लगी। “भगवान का शुक्र है,” उसने कहा। “मुझे बहुत खुशी है कि वे सब सुरक्षित हैं।” उसने बाद में मुझे बताया कि हंस उनके प्यारे पारिवारिक पालतू जानवर थे। “हमारे लिए बच्चों की तरह,” उसने कहा। “मेरे पति अक्सर उन्हें अपने साथ लेकर घूमते थे, एक-एक बाजू के नीचे।” (7) जॉन एडवर्ड ने सू फैरेल द्वारा बताई गई निम्नलिखित कहानी सुनाई, जिनकी बाईस वर्षीय बेटी ट्रेसी की एक कार दुर्घटना में मृत्यु हो गई थी। ट्रेसी चीयरलीडिंग की कोच थीं और अपनी एक छात्रा के साथ उनकी बहुत गहरी दोस्ती थी। उस लड़की ने अपने घर पर एक बीपर बजने की आवाज़ सुनी। घर में एक पेजर के अलावा कोई और पेजर नहीं था, जिसका उसने कई सालों से इस्तेमाल नहीं किया था। उसे लगा कि उसकी बैटरी खत्म हो गई है, लेकिन उसे वह पेजर एक दराज के नीचे मिला:
वह बटन दबाती है और उसे संख्याओं की एक पूरी श्रृंखला दिखाई देती है। सबसे पहले 07734 आया, जिसे उसने तुरंत पहचान लिया। यह बच्चों की हरकत थी, जिसमें इन नंबरों को उल्टा करके HELLO लिखा जाता है। इसके बाद 112667 आया। वह जानती थी कि यह कोई फ़ोन नंबर नहीं है। वह इस बीपर को देख रही थी, जो दो साल से नहीं बजा था, और वह ट्रेसी के बारे में बहुत सोच रही थी, और इस बारे में कि उसकी हत्या कितनी अन्यायपूर्ण थी। उसे पता था कि ट्रेसी का जन्मदिन नवंबर में था। उसने अपनी ड्रेसर की ओर देखा, जहाँ ट्रेसी के अंतिम संस्कार का कार्ड लगा हुआ था।
आईना। यह उसकी जन्मतिथि बताता है। 26 नवंबर, 1967; बीपर पर लिखा नंबर 11-26-67 है।
तो उसमें लिखा था, 'हैलो' और ट्रेसी का जन्मदिन। वह घबरा गई। उसे समझ नहीं आ रहा था कि क्या करे। उसने मुझे फोन किया और कहा, 'कृपया बैठ जाइए।'

शब्द मुश्किल से निकल पा रहे थे। वह बीपर लेकर आई और नंबर अभी भी वहीं थे। बैटरी खत्म हो गई थी लेकिन यह संदेश मौजूद था। (8)

प्रसारित जानकारी
मीडियम से मिलता-जुलता एक विषय चैनलर का है। चैनलर शब्द का प्रयोग आम तौर पर ऐसे संवेदनशील व्यक्ति के लिए किया जाता है जो उन्नत आध्यात्मिक प्राणियों से जानकारी प्राप्त करता है।
कभी-कभी ये विकसित ऊर्जाओं के समूह के रूप में विद्यमान होते हैं, उदाहरण के लिए, अब्राहम के नाम से जानी जाने वाली अभौतिक बुद्धि, जिसका संचार एस्तेर हिक्स द्वारा किया जाता है। उनके कार्य को प्रतिष्ठित शिक्षक डॉ. वेन डायर का समर्थन प्राप्त है।
पैट रोडेगास्ट, जो 'इमैनुअल की पुस्तक' के लेखक हैं, ने एक अदृश्य शिक्षक, इमैनुअल के बारे में जानकारी दी। इस स्रोत की प्रामाणिकता को आदरणीय शिक्षक राम दास (रिचर्ड एल्पर्ट, पीएच.डी.) ने प्रमाणित किया है, जिन्होंने उनके साथ व्यापक रूप से कार्य किया है। इमैनुअल ने कहा: “यह पृथ्वी लोक न तो आपके अस्तित्व का आरंभ है और न ही अंत। यह
यह महज एक कदम है, एक शिक्षण कक्ष है। मेरे मित्रों, मैं आप सभी को यह बताना चाहता हूँ कि आप अनंत काल में कितनी दृढ़ता से जुड़े हुए हैं, आप अपने भौतिक संसार में कितनी चमक बिखेर सकते हैं, यह सब कितना संभव है, और ईश्वर की योजना कितनी खूबसूरती से रची गई है। ईश्वर की योजना में कोई भी आत्मा अकेली नहीं है। कोई भी आत्मा कभी खोई नहीं होती।
इसके अलावा, इमैनुएल सिखाते हैं, "मृत्यु तंग जूते उतारने के समान है।" मरने के बाद भी आप जीवित रहते हैं। मृत्यु के साथ आपका अस्तित्व समाप्त नहीं होता। यह केवल एक भ्रम है… जीवन और मृत्यु को विपरीतार्थक नहीं समझना चाहिए। मृत्यु को निकास के बजाय प्रवेश द्वार कहना सत्य के अधिक निकट है… यह बिल्कुल सुरक्षित है।” (9)
उदाहरण के लिए, पूर्व व्हाइट हाउस और विदेशी संवाददाता रूथ मोंटगोमरी जैसी कुछ संवेदनशील महिलाएं स्वचालित लेखन के माध्यम से अदृश्य दुनिया से संवाद करती हैं। अपनी पुस्तक 'ए वर्ल्ड बियॉन्ड' में उन्होंने आर्थर फोर्ड

के 'दूसरी दुनिया' से कहे गए इन शब्दों को उद्धृत किया है: “प्रत्येक व्यक्ति अनंत काल तक एक निरंतर इकाई है। न कोई आरंभ है और न कोई अंत… ऐसा कभी कोई समय नहीं था जब हम नहीं थे, और हम हमेशा रहेंगे, भले ही निरंतर बदलते रूपों और अवस्थाओं में, क्योंकि हम उतने ही ईश्वर हैं जितना ईश्वर हमारा अंश है।” (10)

निष्कर्ष और कार्रवाई के चरण
अतीत में, कुछ लोगों के लिए माध्यमता का विषय विवादास्पद था। हालाँकि, अब शोध निष्कर्ष दृढ़ता से संकेत देते हैं कि साक्ष्य-आधारित माध्यमों में सत्यापन योग्य और अत्यंत सटीक क्षमताएँ होती हैं। इन घटनाओं के प्रति खुले विचारों वाला होना आपके धार्मिक विश्वास को कमज़ोर नहीं करता। वास्तव में, यह प्रमाण उन महान आध्यात्मिक गुरुओं की बातों को और पुष्ट करता है जो सदियों से कहते आ रहे हैं:
शरीर की मृत्यु के बाद जीवन होता है। यह श्रेणी इस बात का और अधिक प्रमाण और आश्वासन प्रदान करती है।
सुझाए गए कार्रवाई चरणों में निम्नलिखित शामिल हैं:
∞ उद्धृत पुस्तकों में से आगे पढ़ें।

∞ दूसरों से पूछें कि क्या उन्हें कभी माध्यमों से कोई संदेश प्राप्त हुआ है।
∞ यदि आप रुचि रखते हैं, तो किसी प्रतिष्ठित माध्यम से मिलने पर विचार करें।
∞ इन विषयों पर चर्चा समूहों में दूसरों के साथ विचार-विमर्श करें।

लाभ

जीवन के अपरिहार्य परिवर्तनों के प्रति अधिक शांति और स्वीकृति: बुढ़ापा, शारीरिक क्षय, बच्चों का बड़ा होना आदि।

जीवन में बदलाव एक ऐसी चीज है जिस पर आप हमेशा भरोसा कर सकते हैं। आस्था की मजबूत नींव और वास्तविकता के स्वरूप का ज्ञान आपको जीवन में आने वाली चुनौतियों से पार पाने में मदद करता है। सुदृढ़ जड़ें आपको बदलाव की तेज हवाओं के सामने झुकने में मदद करती हैं, न कि टूटने में।
कल मेरे पड़ोसी का एक पेड़ गिर गया। उसका विशाल चीड़ का पेड़ एक निचले इलाके में था जहाँ पानी जमा होता था। इस वजह से उसकी जड़ें गहरी नहीं फैली थीं। तेज़ हवा चलने पर वह गिर गया।
क्या आपको कभी ऐसा लगा है कि आप गिर पड़े हैं? यदि हां, तो क्या आपने ऐसे सबक सीखे जो आपको अन्यथा नहीं मिलते?
मध्य और वृद्धावस्था में जीवन के साथ कई तरह के बदलाव आते हैं, जो पहले से ही अनुमानित हैं: बाहरी शारीरिक बदलाव जैसे कि सफेद बाल और गंजापन, शरीर का क्षय, बच्चों और नाती-पोतों का बड़ा होना, और भी बहुत कुछ। और इसमें वे बड़े बदलाव शामिल नहीं हैं जिन पर हम पहले ही चर्चा कर चुके हैं, जैसे कि

रिश्तों का टूटना, भारी आर्थिक नुकसान, गंभीर बीमारी, विकलांगता, और हां, शारीरिक मृत्यु।
जीवन में आने वाले छोटे-मोटे बदलावों से निपटना भी आसान नहीं होता। जब मेरी छोटी बेटी कॉलेज चली गई, तो उसका खाली कमरा देखकर और घंटों तक उसे बाथरूम के शीशे के सामने न देखकर मेरा दिल दुख से भर गया। सालों से मैं बेसब्री से इस बात का इंतज़ार कर रही थी कि अब मैं उसके लिए नाश्ता बनाने और उसे स्कूल भेजने के बजाय आराम से सो सकूँ, लेकिन अब मुझे इसकी कमी खल रही थी।
जैसे-जैसे मेरी उम्र पैंसठ के करीब पहुंच रही है, झुर्रियां, त्वचा पर दाग-धब्बे, सफेद बाल और गंजापन मेरे लिए आम बात हो गई है। मेरे कानों, नाक और भौहों के आसपास बालों की वृद्धि विशेष रूप से अधिक है।
मैं आमतौर पर इस पर हंस सकती हूं क्योंकि मैं अपने शाश्वत स्वरूप से बहुत गहराई से जुड़ी हुई हूं। लेकिन ये बदलाव कभी-कभी फिर भी मुश्किल होते हैं।

एक अजीब अनुभव। हाल ही में गाड़ी चलाते समय, मैंने रियरव्यू मिरर में देखा और सोचा: "ये तो मेरे दादाजी जैसे दिखते हैं।" फिर मुझे शर्मिंदगी महसूस हुई जब मुझे एहसास हुआ कि ये तो मैं ही था।
संक्षेप में, मेरा मानना है कि बाहरी रूप से उम्र बढ़ने के बावजूद आंतरिक रूप से युवा महसूस करने का कारण यह है कि आपका वास्तविक स्वरूप बूढ़ा नहीं होता। आपकी चेतना अमर है, भले ही वह एक नश्वर शरीर में निवास करती हो। बढ़ती उम्र के साथ आने वाले बदलाव आपको जीवन को जवानी से अलग नज़रिए से देखने पर मजबूर करते हैं। एक बार जब आप अपने सच्चे स्वरूप को जान लेते हैं — एक शानदार और अविनाशी ऊर्जावान प्राणी के रूप में—तो आप जीवन की चुनौतियों का बेहतर ढंग से सामना कर सकते हैं। आप व्यापक वास्तविकता के ज्ञान का उपयोग करके बाहरी बदलावों के बावजूद शांत और खुश रह सकते हैं। जीवन के परिवर्तनों को सहजता से स्वीकारने से धैर्य, प्रेम, ज्ञान और अन्य अनमोल गुण विकसित होते हैं जो आपके व्यक्तित्व का अभिन्न अंग बन जाते हैं। ये गुण अमूल्य हैं और आपको उस सर्वस्व के साथ अपने एकत्व का अहसास करने के करीब लाते हैं।

आपने शायद सोचा होगा कि इतना दुख क्यों है और सृष्टिकर्ता इसे क्यों होने देता है।
सरल शब्दों में कहें तो, हम जैसे लोग—आप और मैं—अपने और दूसरों के प्रति निम्न ऊर्जा वाले विचारों, शब्दों और कर्मों से बहुत दुख का कारण बनते हैं। कुछ दुख शारीरिकता और मृत्यु के भ्रम में विश्वास करने से उत्पन्न होता है। जब आप यह भूल जाते हैं कि आप कौन हैं और आपका वास्तविक स्वरूप आहत नहीं हो सकता और मरता नहीं है, तो स्वाभाविक रूप से आपको दुख भोगना पड़ता है। अंततः, दुख तब उत्पन्न होता है जब आप अपनी प्राथमिकताओं के बजाय परिणामों से अधिक लगाव रखते हैं। नदी बहती रहती है।
इसीलिए जीवन चक्र के दौरान होने वाले पूरी तरह से सुरक्षित और स्वाभाविक परिवर्तनों से गुजरते हुए आपको पीड़ा होती है। बेशक, कभी-कभी थोड़ा भावुक और सुखद-दुखद अनुभव होना स्वाभाविक है। लेकिन, जीवन के व्यापक परिप्रेक्ष्य को जितना अधिक आप समझेंगे, उतना ही आपके लिए विचलित होना मुश्किल होता जाएगा।
प्रश्न का दूसरा भाग—कि कोई सर्वोच्च शक्ति इसकी अनुमति क्यों देगी—का उत्तर सरल है: आपके पास स्वतंत्र इच्छाशक्ति है। आप किसी के वश में कठपुतली या मशीन नहीं हैं। यदि सब कुछ पूर्णतः निर्धारित होता—चाहे आपको पसंद हो या न हो—तो चुनाव, प्रयोग या अन्वेषण की कोई गुंजाइश नहीं होती। आप मूलतः एक रोबोट बन जाते क्योंकि चुनने के लिए कोई विकल्प ही नहीं होता। जीवन काफी हद तक नाटकों या फिल्मों की एक श्रृंखला देखने जैसा है, याद है ना?
आप हर रोज एक ही फिल्म देखकर ऊब जाएंगे।

ठीक इसी तरह, आप अनंत काल तक अनुभवों की एक श्रृंखला से गुजरते हैं जो आपको जीवन की समृद्धि और विविधता से परिचित कराती है। एक चरण समाप्त होने पर, आप सह-निर्माण कर सकते हैं और अनुभव कर सकते हैं।
अगर आप चाहें तो अनगिनत अन्य लोगों से मिल सकते हैं। या फिर आप आराम से कुछ देर समय बिता सकते हैं।
अंततः, जीवन की चुनौतियाँ आध्यात्मिक शक्ति का निर्माण करती हैं—ठीक वैसे ही जैसे भारोत्तोलन। यदि आपका सांसारिक अनुभव मेरे जैसा रहा है, तो

[illegible]

धर्म और आध्यात्मिकता से प्राप्त जानकारी

मुझे याद है बचपन में मैं संडे स्कूल जाता था और “जीसस लव्स मी” और “दिस इज माय फादर्स वर्ल्ड” जैसे शानदार भजन गाता था। फिर मैं चर्च की प्रार्थना के लिए ऊपर जाता था और वहाँ बाइबल के पाठ सुनता था जिसमें आकाश में विराजमान एक भयानक शासक और अविश्वासियों और पश्चाताप न करने वालों के लिए आग की झीलों का ज़िक्र होता था। उस छोटी उम्र में भी मुझे याद है कि मैं सोचता था, “क्या ये वही है जिसके बारे में हम नीचे भजन गा रहे थे?” विभिन्न उच्च चेतना स्रोतों का अध्ययन करने के बाद
कई वर्षों से, मैं इस कहावत से सहज महसूस करता हूं कि "सत्य एक है, मार्ग अनेक हैं।"
धार्मिक और आध्यात्मिक जानकारी में अंतर करने के लिए, धार्मिक जानकारी उन स्थापित समूहों से आती है जिनके सिद्धांत कई सदियों पुराने हैं।
सोल प्रूफ पर शोध करते हुए, मैंने एक प्रसिद्ध चर्च को फोन किया और उनसे नरक के बारे में उनके विचार पूछे। पादरी ने अनंत काल तक अग्नि-पीड़ा के स्थान का वर्णन किया। मैंने कहा, "हाँ, मुझे पता है कि अंधकार युग में लोग

यही मानते थे। लेकिन अब आपका चर्च क्या मानता है?" काफी देर की चुप्पी के बाद, पादरी ने कहा कि वे अब भी उसी नरक में विश्वास करते हैं जैसा कि उनके चर्च के नियमों में 15 वीं शताब्दी में वर्णित है।
सर्वोत्तम रूप में, धर्म मार्गदर्शन, समर्थन और प्रेमपूर्ण सेवा प्रदान करता है।
हालांकि, कई बार यह नई समझों में बाधा डालता है, अपने सदस्यों को प्रतिबंधित करता है और अन्य धर्मों के अनुयायियों की निंदा करता है। सबसे बुरी स्थिति में, धर्मों ने युद्ध शुरू किए हैं; सरकारों को प्रभावित किया है; नियंत्रण किया है।

महिलाओं का शोषण किया; विभिन्नताओं, अन्य नस्लों और यौन रुझानों की निंदा की; और बाल यौन शोषण करने वालों को पनाह दी। सबसे दुखद बात यह है कि इसने कई लोगों को भयभीत कर दिया है और उनके और ईश्वर के बीच दूरियां पैदा कर दी हैं।
दूसरी ओर, आध्यात्मिकता में परम सत्ता को जानने और उसकी सेवा करने के लिए कम ठोस दृष्टिकोण शामिल हैं। ये परंपराएँ अपनी व्याख्याओं और सिद्धांतों में अधिक खुली और गतिशील हैं। यह दृष्टिकोण मानता है कि सभी लोग स्रोत का हिस्सा हैं और विभिन्नताओं की आलोचना करने के बजाय उनका सम्मान करता है। धार्मिक और आध्यात्मिक रुझान पूरी तरह से परस्पर विरोधी नहीं हैं और निश्चित रूप से इनका संश्लेषण किया जा सकता है।
हजारों विभिन्न धर्म और संप्रदाय हैं, इसलिए जाहिर है कि वे सभी मोक्ष का एकमात्र सच्चा मार्ग नहीं हो सकते। मैं मुख्य रूप से ईसाई धर्म पर चर्चा करूंगा क्योंकि लूथरवाद मेरे बचपन का धर्म था और मैंने मेथोडिस्ट धर्मशास्त्र विद्यालय में अध्ययन किया था।
हालांकि, मैं आत्मा की अमरता के बारे में अन्य दृष्टिकोण भी प्रस्तुत करूंगा। प्रत्येक धर्म में अधिक खुले या गूढ़ संप्रदाय होते हैं, जो मेरी राय में अधिक ज्ञानवर्धक शिक्षाएँ प्रदान करते हैं। मैं मुख्य रूप से इन्हीं अधिक तर्कसंगत और प्रबुद्ध विचारों से प्रेरणा लूंगा।

ईश्वर का स्वरूप

जीवन के स्रोत की प्रकृति पर पहले चर्चा की जाती है क्योंकि इस घटना के बारे में मानवीय मान्यताएँ व्यापक रूप से भिन्न हैं। कई सामूहिक प्रमाण इंगित करते हैं कि यह आकाश में कहीं सिंहासन पर बैठा कोई बड़ा दाढ़ी वाला आदमी नहीं है। मानवता का विकास बाधित हुआ है।
हम स्वयं को एक उच्चतर शक्ति के रूप में देखते हैं, बजाय इसके कि हम यह समझें कि हम पवित्र आत्मा के स्वरूप में बनाए गए हैं। मेरे धर्मशास्त्र विद्यालय में, इस घटना को सर्वोच्च शक्ति के रूप में परिभाषित किया गया था जिसकी कल्पना की जा सकती है। मेरे लिए स्रोत की सर्वोच्च छवि प्रेम, शांति, रचनात्मकता, ज्ञान और शक्ति की है।
डॉ. गैरी श्वार्ट्ज ने अपनी पुस्तक "द जी.ओ.डी. एक्सपेरिमेंट्स" में जीवन की सार्वभौमिक "मार्गदर्शन, संगठन और योजना" प्रक्रिया के लिए "जी.ओ.डी." शब्द का प्रयोग किया है। इस घटना को ऐतिहासिक रूप से धर्मों द्वारा कई नामों से पुकारा गया है, उदाहरण के लिए, यहोवा, ईश्वर और अल्लाह।
मैंने इसमें E और L अक्षर जोड़े हैं, जो क्रमशः ऊर्जावान और प्रेमपूर्ण होने का प्रतीक हैं। E.L.G.O.D. संक्षिप्त रूप इस तत्व के और अधिक गुणों का वर्णन करता है।

अंततः अवर्णनीय जीवन स्रोत। अतिरिक्त अक्षर E और L भी ईश्वर के प्राचीन नामों का सम्मान करते हैं। एल या अल - एलोहिम, एलोहा, अल्लाह और अन्य पवित्र नामों के मूल शब्द - का अर्थ है वह, वह एक, या वह जो सभी चीजों के माध्यम से स्वयं को विशिष्ट रूप से व्यक्त करता है।
पवित्र परंपराओं के प्रखर विद्वान, लेखक और व्याख्याकार जोसेफ कैम्पबेल ने कहा था: “ईश्वर आपके भीतर निवास करता है…
भौतिक जगत में जो अलगाव स्पष्ट रूप से दिखाई देता है, वह गौण है। उस जगत से परे, उसके पीछे, उसके भीतर और उसे सहारा देने वाली एक अदृश्य, परन्तु अनुभव की गई एकता और पहचान हम सब में विद्यमान है।” (1)
सृष्टिकर्ता का निम्नलिखित वर्णन, उपलब्ध प्रमाणों के आधार पर, काफी सटीक है। 'डेस्टिनी ऑफ सोल्स' में, डॉ. माइकल न्यूटन ने एक महिला क्लाइंट का हवाला दिया है, जो उनके द्वारा 'लाइफ बिटवीन लाइव्स' सत्र के दौरान साक्षात्कार की गई सबसे विकसित प्राणियों में से एक थीं। संक्षेप में

कहें तो, उन्होंने एकता, उपस्थिति का वर्णन इस प्रकार किया: 'विशाल लेकिन कोमल। शक्तिशाली फिर भी सौम्य। एक साँस है, ध्वनि की एक फुसफुसाहट है।'
यह कितना शुद्ध है। ध्वनि ही सब कुछ उत्पन्न करती है, जिसमें प्रकाश और ऊर्जा भी शामिल है। ध्वनि ही इस संरचना को धारण करती है और इसे गतिमान करती है, बदलती और लहरदार बनाती है, जिससे सब कुछ बनता है। यह एक गूंजती हुई घंटी है, फिर एक ऊँची, शुद्ध गुनगुनाहट, जैसे प्रेम से भरी माँ अपने बच्चे को गा रही हो। (2)
सर्वसम्मत सत्ता के ये वर्णन, निःसंदेह, उन भयावह वर्णनों से बिल्कुल भिन्न हैं जो हममें से कई लोगों को बचपन में सिखाए गए थे। क्या "क्रोधित, न्याय करने वाला और डरावना" जैसे शब्द आपको परिचित लगते हैं? कुछ संप्रदाय आज भी असीम प्रेम के एक जीवन स्रोत के बारे में सिखाते हैं और फिर अगले ही वाक्य में चेतावनी देते हैं कि यह हमें अनंत काल के लिए नरक की आग में भेज देगा या हमें उसे चुनने की अनुमति देगा। क्या आप इसे "मनोरोग" कह सकते हैं?
मैकमास्टर डिविनिटी कॉलेज के धर्मशास्त्र के प्रोफेसर क्लार्क एच. पिनॉक ने कहा: “ईसाई भला ऐसे क्रूर और प्रतिशोधी देवता की कल्पना कैसे कर सकते हैं जो अपने प्राणियों को, चाहे वे कितने भी पापी क्यों न हों, शाश्वत यातना देता हो।” मैं उनके इस निष्कर्ष से सहमत हूँ कि ऐसी शक्ति जो ऐसा करे, वह “ईश्वर से अधिक शैतान के समान है।”(3)
हमें सृजनात्मक ऊर्जा के बारे में अपनी धारणाओं पर पुनर्विचार करने की आवश्यकता है, उन अधूरी सच्चाइयों और असत्यों का खंडन करने की आवश्यकता है जिन्हें सत्य के वेश में सिखाया गया है। सामूहिक प्रमाण उस प्रतिशोधी स्रोत की किसी भी धारणा का खंडन करते हैं जो हमारे हर कदम पर नज़र रखता है और छोटी सी गलती पर भी हमें दंडित करता है।

डर के मारे दिमाग में बैठी बातों को भूलकर, थोड़ी देर के लिए सामान्य बुद्धि से सोचिए। भला कौन से प्रेम करने वाले माता-पिता अपने बच्चे की उंगली को आग पर, चाहे एक पल के लिए ही सही, रखने देंगे, चाहे गलती कितनी भी बड़ी क्यों न हो? फिर भला कोई कैसे यह मान सकता है कि सर्वव्यापी प्रेम, सर्वज्ञानी और सर्वशक्तिमान सृष्टिकर्ता ऐसा अनंत काल तक होने देगा?

पवित्र शिक्षाओं के मूल अर्थों को पुनः खोजना अत्यंत भिन्न दृष्टिकोण प्रकट करता है। उदाहरण के लिए, अरामी अनुवाद उस महत्वपूर्ण समय और स्थान की अधिक सटीक समझ प्रकट करते हैं जिसने यहूदी धर्म, इस्लाम और ईसाई धर्म को अत्यधिक प्रभावित किया।
सर्वोच्च सत्ता के प्राथमिक अरामी अर्थों के संबंध में, डॉ. नील डगलस-क्लोट्ज़ ने कहा: “ईश्वर के मूल शब्द हिब्रू शब्द ‘एलोहिम’ से ‘एलोहा’ या ‘अलाहा’ हैं। इन सभी शब्दों का अर्थ है एकता, पवित्र एकता या एक ही सत्ता। यहूदी या अरामी अवधारणा में ईश्वर का अर्थ किसी ऐसी सत्ता से नहीं है जो कहीं विराजमान हो, जैसे कि हमारे ऊपर किसी कमरे में, बल्कि एक ऐसी एकता से है जिसका हम एक हिस्सा हैं, जिसका हमारा अस्तित्व है।
एक हिस्सा। यीशु और उनसे पहले के इब्रानी नबियों ने ईश्वर के इस व्यापक दृष्टिकोण को साझा किया। यह हमारी पश्चिमी अवधारणा से बिल्कुल अलग है। हमारी समस्या यह है कि जब इस अवधारणा को यूनानी भाषा और चिंतन के माध्यम से पश्चिमी ईसाई धर्म में समाहित किया गया, तो इस अर्थ का केवल एक बहुत छोटा हिस्सा ही भाषा के पुल को पार कर पाया। (4)
यदि आपको किसी ऐसी सत्ता के बारे में कुछ ऐसी धारणाएँ सिखाई गईं जो विचित्र लगती थीं, तो समझ लीजिए कि वह जानकारी संभवतः अधूरी या गलत थी। कुछ लोग नास्तिक या अज्ञेयवादी बन जाते हैं क्योंकि उन्हें स्वाभाविक रूप से यह विचार अधिक तर्कसंगत लगता है कि कोई सर्वोच्च शक्ति नहीं है, बजाय उन विचित्र छवियों के जो उन्हें सिखाई गई थीं।
कई लोग उन धार्मिक संप्रदायों से हैरान हैं जो दावा करते हैं कि उनका दृष्टिकोण ही एकमात्र सही है और बाकी सभी को नरक की आग में जलना पड़ेगा। "गॉड एट 2000 कॉन्फ्रेंस" में धर्म के प्रोफेसर और लेखक मार्कस बोर्ग, पीएचडी ने कहा: "मुझे यह बात अविश्वसनीय लगती है कि पूरे ब्रह्मांड के ईश्वर ने केवल एक धार्मिक परंपरा से पहचाने जाने का चुनाव किया है।" उन्होंने कहा कि दुनिया के सभी महान धर्म एक सर्वव्यापी आत्मा में विश्वास करते हैं जो रोजमर्रा की जिंदगी का हिस्सा है। इस दृष्टिकोण को सर्वेश्वरवाद कहा जाता है, जिसमें सार्वभौमिक बुद्धि न केवल पारलौकिक (मानव अनुभव से परे) है, बल्कि अंतर्निहित (सभी जीवन में निवास करने वाली) भी है। (5)

रेव मैथ्यू फॉक्स एक धर्मशास्त्री, एपिस्कोपल पादरी, सृजन आध्यात्मिकता के संस्थापक और बीस से अधिक पुस्तकों के लेखक हैं। वे ईश्वरवाद को अस्वीकार करते हैं, जो यह धारणा है कि "ईश्वर कहीं दूर, बहुत दूर स्थित है।"

जितना दूर वह जा सकता है, उतना दूर चला जाता है।” फॉक्स ने कहा: “ईश्वर स्वयं जीवन है, ईश्वर हर उस चीज़ के बीच में है जो जीवंत है, हर उस चीज़ के बीच में है जो जीवनदायी है। और यही सर्वेश्वरवाद है, सभी चीजों में ईश्वर को देखना।” (6)
विजडम ऑफ द एजेस में, वेन डायर, एड.डी., ने कहा, “कल्पना कीजिए कि आप पूरी तरह से जानते हैं कि आप ईश्वर को अपने साथ लिए फिरते हैं। यदि ईश्वर
यदि ईश्वर सर्वत्र विद्यमान है, तो ऐसी कोई जगह नहीं जहाँ ईश्वर न हो। और इसमें आप भी शामिल हैं। एक बार जब आप इस समझ से जुड़ जाते हैं, तो आप अपने मूल स्रोत की शक्ति को पुनः प्राप्त कर लेते हैं। स्वयं को ईश्वर की चमत्कारी शक्ति से अलग देखने के बजाय, आप अपने दैवीय स्वरूप को स्वीकार करते हैं और ईश्वर की समस्त सामर्थ्य को पुनः प्राप्त करते हैं। आप एक मूल रचना हैं, स्वयं ईश्वर का एक अंश हैं।” (7)
जोसेफ कैम्पबेल ने कहा कि परम सत्ता की खोज में मानवता की राह निरपेक्ष को एक व्यक्तित्व के रूप में देखने के कारण बाधा उत्पन्न हुई है। उन्होंने लिखा, “जैसे ही आप स्थानीय, संकीर्ण ‘ईश्वर-रूप’ को तोड़ते हैं, ईश्वर फिर से प्रकट हो जाता है। और यही नीत्शे का अर्थ था जब उन्होंने लिखा कि ईश्वर मर चुका है। नीत्शे स्वयं एक रूढ़िवादी नास्तिक नहीं थे; वे एक अपार धार्मिक भावना और शक्ति वाले व्यक्ति थे। उनका तात्पर्य यह था कि जो ईश्वर 2000 वर्ष पूर्व के लिए उपयुक्त शब्दों में स्थिर और परिभाषित था, वह आज वैसा नहीं है। दिव्य शक्ति आपके भीतर निवास करती है। और ईश्वर क्या है? ईश्वर उस विश्व-सृजनात्मक ऊर्जा और रहस्य का मानवीकरण है जो सोच और नामकरण से परे है।” (8)
जैसा कि जेफरी मोसेस ने ग्रेट प्रिंसिपल्स शेयर्ड बाय ऑल रिलीजन्स (9) में चर्चा की है, एक के साथ एक होने का विषय दुनिया के सभी धर्मों में प्रतिध्वनित होता है:

◆ हिंदू धर्म: "ईश्वर सबके हृदयों में विराजमान रहता है।"
◆ शिंटो धर्म: “ईश्वर को दूर आकाश में मत खोजो। वह मनुष्य के हृदय में ही पाया जाता है।”
सिख धर्म: “तुम जंगलों में क्यों जाओगे? वहाँ तुम्हें क्या मिलेगा? जैसे फूल की सुगंध उसमें बसती है, वैसे ही ईश्वर तुम्हारे हृदय में सदा निवास करता है। पूरी लगन से उसकी खोज करो और उसे वहीं पाओ।”
◆ ईसाई धर्म: “परमेश्वर का राज्य देखने से नहीं आता; न ही वे कहेंगे, “देखो, यहाँ! या देखो, वहाँ! क्योंकि देखो, परमेश्वर का राज्य तुम्हारे भीतर है।” ◆ कन्फ्यूशियसवाद: "अविकसित मनुष्य जो खोजता है वह बाहर है; विकसित मनुष्य जो खोजता है वह अपने भीतर है।"

∞ ∞ ∞ ∞ ∞

मनुष्य का स्वभाव
सृष्टिकर्ता के स्वरूप की अधिक सटीक समझ हमें अपने स्वयं के स्वरूप को पूर्ण रूप से जानने में सहायता करती है। मनुष्य के रूप में, आप एक दिव्य रचना हैं जिसमें दैवीय ऊर्जा की एक चिंगारी और एक प्रज्वलित मशाल बनने की क्षमता समाहित है। यह संदेश कुछ लोगों के लिए समझना कठिन हो सकता है, इसलिए मैं कई ज्ञानी गुरुओं के कथन उद्धृत करूँगा।
बाइबल के पहले अध्याय में उत्पत्ति 1:27 में मानवता के वास्तविक स्वरूप का वर्णन किया गया है, जिसमें कहा गया है, “इसलिए परमेश्वर ने मनुष्य को अपने स्वरूप में बनाया…” भजन संहिता 82:6 में कहा गया है, “मैंने कहा है, तुम परमेश्वर हो; और सब
तुम परमपिता परमेश्वर की संतान हो।” 1 कुरिन्थियों 3:16 में, प्रेरित पौलुस ने पूछा, “क्या तुम नहीं जानते कि तुम परमेश्वर का मंदिर हो, और परमेश्वर की आत्मा तुम में वास करती है?”
इफिसियों 4:6 में संत पौलुस ने कहा, “एक ही परमेश्वर और सभी का पिता है, जो सबसे ऊपर है, और सब में व्याप्त है, और तुम सब में है।” एक ही वाक्य में चार बार ‘सब’ शब्द पर ज़ोर देने से यह बात स्पष्ट हो जाती है: अनंत बुद्धि हममें से प्रत्येक के भीतर निवास करती है।

ओ. लाजरस ने अपनी पुस्तक "लिबरल जूडाइज्म एंड इट्स स्टैंडपॉइंट" में मृत्यु के प्रति सुधारवादी यहूदी दृष्टिकोण का सारांश प्रस्तुत किया है: "हमारे भीतर कुछ ऐसा है जो अमर है और समय और स्थान से बंधा नहीं है। यही मनुष्य की आत्मा है, जैसा कि इसे कहा जाता है, जो निरंतर बनी रहती है, ऐसा हमारा मानना है।"
शरीर की मृत्यु के बाद भी जीवित रहना। उसके लिए, मृत्यु जीवन का एक हिस्सा मात्र है।" कबालिस्टिक और रहस्यवादी यहूदी धर्म भी सभी लोगों की आत्मा की अमरता में विश्वास करते हैं।
डिस्कवर द पावर विद इन यू में, यूनिटी मिनिस्टर एरिक बटरवर्थ ने कहा, “आप ईश्वर से कभी अलग नहीं हो सकते क्योंकि आप ईश्वर की अभिव्यक्ति हैं, ईश्वर का आत्म-जीवित स्वरूप हैं।” स्रोत के बारे में बात करते हुए, अल्फ्रेड टेनीसन ने लिखा: “वह सांस से भी अधिक निकट और हाथों-पैरों से भी अधिक नज़दीक हैं।” मेहर बाबा ने कहा, “ईश्वर के साथ एकात्मता प्राप्त करना इतना कठिन है क्योंकि जो आप पहले से ही हैं, वह बनना असंभव है!”
ईसाई रहस्यवादी संत जॉन ऑफ द क्रॉस ने कहा: “हे, समस्त प्राणियों में सबसे सुंदर आत्मा, जो अपने प्रियतम के निवास स्थान को जानने के लिए इतनी उत्सुक हो कि तुम उसकी खोज में जाओ और उससे एक हो जाओ, अब हम तुम्हें बता रहे हैं कि तुम स्वयं ही उसका निवास स्थान हो… उसका गुप्त कक्ष और छिपने की जगह।” (10)

हर धर्म की मान्यताएं हमें सृष्टिकर्ता के साथ एकात्म होने का ज्ञान देती हैं। सूफीवाद में कहा जाता है: "मैंने अपने भीतर झाँका और पाया कि मैं ही वह हूँ।" एकात्मता का उल्लेख करते हुए हिंदू उपनिषद कहते हैं, "मैं सर्वत्र विद्यमान हूँ, समस्त प्राणियों से प्रकाशमान होता हूँ।" ईसाई धर्म कहता है, "पिता और मैं एक हैं।" इस्लाम कहता है, "सब कुछ अल्लाह है।" ‘स्वभाव एक है, ईश्वर एक है, मैं वही हूँ जो मैं हूँ’—ये जीवन में किसी भी प्रकार के अलगाव या द्वैत को व्यक्त करने के विभिन्न तरीके हैं। जैसा कि जोएल गोल्डस्मिथ ने अपनी पुस्तक ‘द इन्फिनिट वे’ में लिखा है, “जिसकी मैं खोज कर रहा हूँ, वही मैं हूँ।” ये शाश्वत कथन मनुष्य के वास्तविक स्वरूप के प्रति हमारी समझ को व्यापक बनाते हैं।

श्री स्वामी सच्चिदानंद ने अपनी पुस्तक 'स्वयं को जानो' में लिखा है, “जान लो कि योग की आवश्यकता आत्मा को नहीं होती। आत्मा तो सदा शांत रहती है। परन्तु सीमित मन इन अभ्यासों से गुजरता है ताकि उसका विस्तार हो और वह आत्मा को स्पष्ट रूप से देख सके। तब, जब द्रष्टा अपनी आत्मा को देख लेता है और अपने सच्चे स्वरूप में स्थिर हो जाता है, तब वह उस वास्तविक स्वरूप को देखता है जो कभी विचलित नहीं होता। तुम ही हो।”
आप ईश्वर की छवि हैं। आप स्वयं अनंत हैं। लक्ष्य को याद रखें: किसी महान चीज़ का लक्ष्य रखें। आप सभी बुद्ध, ईसा मसीह, मोहम्मद, महान ऋषि और संत बन सकते हैं।” (11)
प्रेयर्स ऑफ द कॉस्मॉस में, डगलस-क्लोट्ज़ ने प्रभु की प्रार्थना की पहली पंक्ति, "हे हमारे पिता, जो स्वर्ग में हैं, तेरा नाम पवित्र हो" के विभिन्न अरामी अर्थों का वर्णन किया है। इनमें शामिल हैं: "तेजस्वी हे प्रभु: तू हमारे भीतर, हमारे बाहर चमकता है—अंधकार भी चमकता है—जब हम याद करते हैं। अपने प्रकाश को हमारे भीतर केंद्रित कर—इसे उपयोगी बना: जैसे प्रकाशस्तंभ की किरणें मार्ग दिखाती हैं। हे जन्मदाता! ब्रह्मांड के पिता-माता, तू प्रकाश में गतिमान सभी चीजों का सृजन करता है।" (12)
अनेक मतों में यह माना जाता है कि प्रकाश हममें से प्रत्येक के भीतर विद्यमान है। मत्ती 5:13 में, यीशु को पर्वतीय उपदेश के दौरान भीड़ से बात करते हुए यह कहते हुए वर्णित किया गया है: “तुम जगत की ज्योति हो।” उन्होंने उन्हें प्रोत्साहित किया कि वे अपने प्रकाश को चमकाकर समस्त जीवन के स्रोत की महिमा करें।
हमारी आत्मा के मूल स्वरूपों पर टिप्पणी करते हुए, प्रख्यात धर्मशास्त्री और मनोवैज्ञानिक डॉ. विलियम जेम्स ने कहा: “जब मैं कुछ भी नहीं बन जाता, तभी ईश्वर प्रवेश कर सकता है और उसके जीवन और मेरे जीवन के बीच कोई अंतर नहीं रह जाता। व्यक्ति और परम सत्ता के बीच की सभी सामान्य बाधाओं को पार करना ही महान सत्य है।”
रहस्यवादी उपलब्धि। रहस्यवादी अवस्थाओं में हम परम सत्ता के साथ एक हो जाते हैं और हम अपनी एकता के प्रति जागरूक हो जाते हैं।” (13)

अपने मूल स्वरूप की पूर्ण अनुभूति से यह स्पष्ट हो जाता है कि आप प्रकाश के अमर प्राणी हैं। ईश्वर और मनुष्यों के स्वरूप पर चर्चा करने के बाद, आइए अब

स्वर्ग और नरक की अवधारणाओं का अधिक प्रबुद्ध दृष्टिकोण से विश्लेषण करें।

स्वर्ग और नरक: चेतना की अवस्थाएँ
विभिन्न संस्कृतियों और धर्मों में स्वर्ग को अलग-अलग तरीकों से चित्रित किया गया है। रूढ़िवादी ईसाई व्याख्याओं में स्वर्ग को वीणा बजाते, सुनहरी सड़कों पर चलते और निरंतर ईश्वर की स्तुति करते हुए वर्णित किया गया है। वहीं दूसरी ओर, स्वर्ग को चेतना की एक ऐसी अवस्था के रूप में देखा जाता है जिसका आनंद वर्तमान में और सदा लिया जा सकता है। स्वर्ग शब्द उस शांति, आनंद और प्रेम का वर्णन करता है जो सर्वस्व के साथ एकात्मता की गहरी जागरूकता से उत्पन्न होता है।
कट्टरपंथी ईसाई धर्मावलंबियों के अनुसार, नरक एक ऐसी जगह है जहाँ कभी न खत्म होने वाली आग और गंधक जलती रहती है, उन लोगों के लिए जो उनसे अलग सोचते या व्यवहार करते हैं। नरक के कम शाब्दिक अर्थों में इसे सर्वस्वस्थता के आधार से अलगाव और अपने वास्तविक स्वरूप की अज्ञानता के रूप में देखा जाता है। नरक अत्यधिक निम्न ऊर्जा वाले विचारों, शब्दों और कर्मों का अपरिहार्य परिणाम है।
'लेट देयर बी लाइट' में, अरामी विद्वान रोक्को एरिको, डी.डी., ने कहा कि प्राचीन लोग स्वर्ग को - जिसका अर्थ आकाश, ब्रह्मांड और संसार भी था - ईश्वर का निवास स्थान मानते थे।
इसके अलावा, उन्होंने कहा, "स्वर्ग शब्द का प्रयोग बाइबिल में शांति, व्यवस्था और सद्भाव के विचार को व्यक्त करने के लिए लाक्षणिक रूप से भी किया गया था।"
लाक्षणिक रूप से, स्वर्ग का अर्थ एक उच्च चेतना भी है, अर्थात् एक ऐसी चेतना जिसमें अभाव और भय के विचार गायब हो जाते हैं। इस प्रकार यह आसानी से देखा जा सकता है कि स्वर्ग शब्द केवल एक विशिष्ट स्थान को ही नहीं, बल्कि एक अवस्था को भी दर्शाता है।” (14)
मत्ती 3:2 और 4:17 में यीशु के ये शब्द वर्णित हैं: “स्वर्ग का राज्य निकट है।” मध्य पूर्वी परंपराओं में, निकट शब्द का प्रयोग आमतौर पर किसी बहुत नज़दीकी या भीतरी चीज़ को दर्शाने के लिए किया जाता था। लूका 17:21 में,

यीशु के स्वर्ग के विषय में ये शब्द वर्णित हैं: “और वे नहीं कहेंगे, ‘देखो, यह यहाँ है!’ या ‘वहाँ!’ क्योंकि देखो, परमेश्वर का राज्य तुम्हारे बीच में है।” जब उनसे विस्तार से पूछा गया, तो यीशु ने राज्य की तुलना खमीर या सरसों के बीज से की—दोनों ही छोटी चीज़ें हैं जिनमें अपार वृद्धि की क्षमता है। इनमें से कोई भी दृष्टांत ऐसा नहीं लगता कि वे आकाश में किसी स्थान का वर्णन कर रहे हों… शायद किसी दिन, कुछ चुने हुए लोगों के लिए।

हममें से कई लोगों के लिए, शारीरिक मृत्यु के बाद क्या होता है, इस बारे में धारणाएं स्वर्ग और नरक के बारे में रूढ़िवादी धार्मिक शिक्षाओं से आती हैं। शास्त्रों को अक्षरशः लेना समस्याग्रस्त हो सकता है क्योंकि व्याख्याओं, विलोपन, परिवर्धन और अनुवादों के माध्यम से उनमें व्यापक परिवर्तन हुए हैं। राजनीतिक और चर्च के सत्ता संघर्ष और मिलीभगत ने भी इसमें भूमिका निभाई। इतिहास यह भी स्पष्ट रूप से दर्शाता है कि विभिन्न परिषदों ने बाइबिल में कुछ पुस्तकों या विषयों को शामिल करने के बारे में मतदान किया था। इसके अलावा, लेखकों ने सदियों से शिक्षाओं को अधिक प्रासंगिक और समसामयिक बनाने के प्रयास में ग्रंथों को जोड़ा या संशोधित किया है।
इन सब के परिणामस्वरूप, ऐसे अनसुलझे संघर्षों के बारे में पढ़ाया जाता है - जैसे कि प्रेम की एक सर्वोच्च शक्ति द्वारा अपनी किसी भी रचना को शाश्वत यातना स्थल पर भेजना या इसकी अनुमति देना - जिन्हें स्वतंत्र विचारक स्वीकार नहीं कर सकते और बच्चे समझ नहीं सकते।
मेरे एक रेडियो शो के दौरान एक बुजुर्ग महिला कॉलर ने निम्नलिखित कहानी साझा की। दस साल की उम्र में, वह अपने परिवार के साथ एक बहुत ही कट्टरपंथी चर्च में जाती थी। एक वाक्य में सृष्टिकर्ता के सर्वोच्च प्रेम और अगले ही वाक्य में शाश्वत नरक के बारे में सुनकर, वह स्वाभाविक रूप से भ्रमित और परेशान हो गई। प्रार्थना सभा के बाद, उपदेशक ने पूछा कि उसे उपदेश कैसा लगा। उसने कहा, "मैं नरक वाली बात पर विश्वास नहीं करती। भगवान ऐसा नहीं करेंगे!" पादरी ने जवाब दिया, "अच्छा,

"युवती, अगर तुम इस बात पर विश्वास नहीं करती हो, तो शायद तुम्हें इस चर्च में नहीं होना चाहिए।" उसके माता-पिता ने उसका हाथ पकड़कर उससे कहा, "शायद हमें नहीं होना चाहिए।"
पिछले कई वर्षों में, कई बुजुर्ग लोगों ने मुझसे यह बात साझा की है कि वे किसी के लिए भी यातना के भयानक स्थान पर विश्वास नहीं कर सकते। ऐसी अवधारणा प्रेममय उपस्थिति का अपमान करती है और कई लोगों को आत्मा से जुड़े मुद्दों पर गंभीरता से विचार करने से डरा देती है। इन बुजुर्गों ने यह सीखा है कि
अतीत के भय को त्यागना, अपनी अंतरात्मा की आवाज पर भरोसा करना और प्रकाश के साथ व्यक्तिगत संबंध विकसित करना। ऐसा करने से वे पुरातन और त्रुटिपूर्ण शिक्षाओं से मुक्त हो जाते हैं। तब शांति और आनंद का अनुभव करने की संभावना अब और भी स्पष्ट हो जाती है।
थॉमस गॉस्पल्स के संदर्भ में, प्रारंभिक ईसाई शिक्षाओं के दस्तावेजीकरण के बारे में, जिन्हें इसमें शामिल नहीं किया गया था, जोसेफ कैंपबेल ने कहा, “शिष्य पूछते हैं, ‘राज्य कब आएगा?’ और यीशु उत्तर देते हैं, ‘राज्य प्रतीक्षा से नहीं आएगा। पिता का राज्य पृथ्वी पर फैला हुआ है और मनुष्य उसे देख नहीं पाते।’ दूसरे शब्दों में, इसे अपने हृदयों में साकार करो। और यही निर्वाण प्राप्ति का सटीक अर्थ है। बस यही है। आपको बस इसे देखना है। और उस तक ले जाने वाली ध्यान विधि आपको इससे अलग करती है।

इस शरीर के प्रति आपकी प्रतिबद्धता, जो मरने से डरता है, ताकि आप यह महसूस कर सकें कि शाश्वत आयाम यहीं, अभी, हर जगह मौजूद है। (15)
आदर्श जीवन का प्रत्यक्ष अनुभव अभी संभव है।
हर दिन को प्यार से जीना, उसकी सेवा करना और उसका आनंद लेना ही कुंजी है। भय को त्यागना और यह महसूस करना कि अनंत काल तक आपको कितना प्यार और सहायता मिलती रहेगी, दूसरी कुंजी है। इन सच्चाइयों को याद करने के लिए शांत समय निकालना और उसी के अनुसार जीवन जीना आपको पल-पल ईश्वर के राज्य से जोड़े रखता है।
हमारे रेडियो साक्षात्कार के दौरान, अरामी विद्वान डॉ. डगलस-क्लोट्ज़ ने कहा कि स्वर्ग, "कोई स्थान नहीं बल्कि सृष्टि के संचालन का एक तरीका है।" उन्होंने कहा कि अरामी शब्द शमाया, "स्वर्ग की अवधारणा को सबसे अच्छी तरह

से दर्शाता है जब कोई ब्रह्मांड की एकता को पहचानता है।" उन्होंने आगे कहा:
अरामी/यहूदी अवधारणा में स्वर्ग कोई स्थान नहीं है। स्वर्ग जीवन को देखने का एक तरीका है। इसलिए जब यीशु या किसी भी यहूदी पैगंबर ने 'स्वर्ग' शब्द का प्रयोग किया, तो वे एक कंपनशील वास्तविकता की बात कर रहे थे। हम इसे इस प्रकार समझ सकते हैं कि एलोहिम—एक/अनेक—ने ब्रह्मांड की रचना दो रूपों में की: एक कंपनशील, तरंग जैसी वास्तविकता जिसमें हम सभी जुड़े हुए हैं (शेमायिम) और एक व्यक्तिगत या कणिकीय वास्तविकता जिसमें हम सभी के अपने- अपने नाम, चेहरे और जीवन के उद्देश्य हैं।
ऐसा नहीं है कि स्वर्ग कहीं और है या कोई ऐसा पुरस्कार है जो हमें बाद में मिलता है, बल्कि जीवन को देखने के इस दृष्टिकोण में स्वर्ग और पृथ्वी साथ-साथ विद्यमान हैं। स्वर्ग को पुरस्कार के रूप में या हमसे ऊपर किसी स्थान के रूप में या मृत्यु के बाद जाने वाले किसी स्थान के रूप में देखने की पूरी धारणा यीशु और उनके अनुयायियों के लिए पूरी तरह से अकल्पनीय थी। श्रोताओं। यह हिब्रू विचार नहीं है और यूरोपीय ईसाई धर्म की बाद की व्याख्या में ही उत्पन्न होता है। (16)
आपने शायद इस दृष्टिकोण और क्वांटम भौतिकी के दृष्टिकोण में वास्तविकता के समान वर्णन देखे होंगे। विषय, संस्कृति और समय के हिसाब से इतने विविध विचार-धाराओं का इतनी गहराई से सहमत होना वास्तविकता के इन मॉडलों को और अधिक विश्वसनीयता प्रदान करता है।
जब मैंने उनसे स्वर्ग और नरक की अवधारणाओं के बारे में पूछा कि ये चेतना के स्तर हैं, सर्वस्व से निकटता या अलगाव की डिग्री हैं और हमारे वास्तविक स्वरूप का ज्ञान हैं, तो डगलस-क्लोट्ज़ ने उत्तर दिया: “यह मूल अरामी भाषा के निकट है। नरक की ईसाई अवधारणा हिब्रू या अरामी भाषा में नहीं मिलती। हिब्रू से नरक के रूप में आमतौर पर अनुवादित शब्द—‘शीओल’—का अर्थ है एक अराजक अवस्था।

वह मार्ग जिससे होकर आत्मा शरीर के अपने विभिन्न तत्वों में विलीन हो जाने के बाद गुजरती है। यीशु और उनके श्रोताओं को नरक की अवधारणा, एक प्रकार की शाश्वत सजा, के बारे में पता नहीं था और न ही वे इसे समझ पाते थे। यह उनकी मातृभाषा में नहीं था।

“अस्त-व्यस्त मार्ग” शब्द ने मुझे आत्महत्या के प्रयास के बाद मृत्यु मृत्यु के अनुभव करने वालों द्वारा वर्णित अंधेरी सुरंग की याद दिला दी। मैंने पूछा, “क्या स्वर्ग और नरक, कम से कम आंशिक रूप से, वही हैं जो हम शारीरिक मृत्यु के बाद अपने जीवन की समीक्षा के दौरान अनुभव करते हैं?” इस प्रश्न के उत्तर में क्लॉट्ज़ ने कहा: “मुझे लगता है कि भाषा के आधार पर ऐसा ही है। हिब्रू में मृत्यु शब्द, मावेट, का अर्थ अंत या समापन नहीं है। किसी चीज़ का। इसका अर्थ है किसी अन्य वास्तविकता में प्रवेश का मार्ग। इब्रानी धर्मग्रंथों के अनुसार, इस प्रवेश मार्ग में भ्रम की अवधि और व्यवस्थापन की अवधि शामिल है।” (17)
चाहे आपको इसका एहसास हो या न हो, आप हर दिन जीवन की समीक्षा करते हैं। आपके प्रमुख विचार, शब्द और कर्म ही तय करते हैं कि आपका जीवन शानदार होगा या दुखद। और जब आप तैयार हों, तब आप अपने जीवन की गुणवत्ता को बेहतर बना सकते हैं।
एनडीई (निकट-मृत्यु के अनुभव) की रिपोर्ट, प्रामाणिक माध्यम, जीवन के बीच का जीवन
विभिन्न सम्मेलनों और ज्ञानवर्धक शिक्षाओं में इस बात पर सहमति है कि स्वर्ग और नरक ये हैं:
◆ इस बात का आपका अहसास कि आप अभी और हमेशा के लिए स्रोत का एक अभिन्न अंग हैं
◆ उच्च सिद्धांतों के अनुरूप जीवन जीने या न जीने के परिणामस्वरूप अब आप कैसा महसूस करते हैं?
◆ शारीरिक मृत्यु के बाद अपने जीवन की समीक्षा के दौरान आप क्या अनुभव करेंगे, जब आप अपने द्वारा उत्पन्न सकारात्मक या नकारात्मक प्रभावों को महसूस करेंगे।

ये तीनों कारक आपके नियंत्रण में हैं। आप पल-पल और धीरे-धीरे अपना स्वर्ग या नरक स्वयं बनाते हैं। इसका सबसे अच्छा उदाहरण मैंने एक मरीज में देखा, जिसे मैं हैंक कहूंगा। उसे लगा कि उसका जीवन इतना बुरा हो गया है कि वह मरना चाहता है, लेकिन आखिरी क्षण में उसकी ठुड्डी के नीचे रखी बंदूक फिसल गई। उसका चेहरा बुरी तरह क्षतिग्रस्त हो गया था, इसलिए वह बोल या देख नहीं पा रहा था, लेकिन सुन सकता था।

अस्पताल के अधिकांश कर्मचारी उसकी दयनीय स्थिति देखकर घबरा गए थे और उसके साथ ज्यादा समय नहीं बिता पा रहे थे। मैं धर्मशास्त्र की पढ़ाई कर रहा था और कुबलर-रॉस, राम दास और अन्य लेखकों की किताबें पढ़ रहा था। मुझे उससे बात करने में सहजता महसूस हुई और मैंने उसकी स्थिति को समझने में उसकी मदद करने की कोशिश की।

अंधकार की दुनिया। मैंने उनसे कहा कि हम उनकी मदद के लिए हर संभव प्रयास करेंगे और उनकी यह स्थिति उनके और दूसरों के लिए आशीर्वाद का कारण बन सकती है।
उन्होंने लिखने का इशारा किया और एक नए अंधे व्यक्ति की क्षमता के अनुसार, जितना हो सके उतना लिखा: "भगवान मेरी मदद करें। मैं नरक में हूँ।"
सचमुच, वह ऐसा ही था। लेकिन यह उसकी अपनी गलती थी और अगर वह ऐसा करने का इरादा करता तो इसमें सुधार हो सकता था। उसने खुद को हेलेन केलर जैसी मुश्किल में डाल दिया था; हेलेन केलर ने जिस तरह से इस स्थिति का सामना किया, वह इतिहास की सबसे प्रेरणादायक कहानियों में से एक है। मैं कभी-कभी सोचता हूँ कि क्या उसे कभी ऐसी सफलता मिली भी या नहीं।
कई प्रमाण इस धारणा को सिरे से खारिज करते हैं कि किसी के लिए भी नरक की आग या प्रकाश से शाश्वत अलगाव संभव है। यह सुनकर कई लोग पूछते हैं, "क्या बलात्कारियों, यौन उत्पीड़न करने वालों, हत्यारों और आत्महत्या करने वालों के लिए भी यही सच है?" सामान्य ज्ञान के अनुसार...
एक प्रेममय और दयालु सर्वोच्च शक्ति का तर्क है कि अंततः सभी लोग प्रकाश में शामिल होने का चुनाव कर सकते हैं।
इसमें वे लोग भी शामिल हैं जो इतने गंभीर रूप से मानसिक रूप से विक्षिप्त हैं कि दूसरों को चोट पहुँचाते हैं, उनकी हत्या करते हैं या स्वयं आत्महत्या कर लेते हैं। ईसाई धर्म एकमात्र ऐसा प्रमुख धर्म है जो अनंत यातना के स्थान की शिक्षा देता है और वह भी केवल सबसे कट्टरपंथी संप्रदायों तक ही सीमित है।
मुझे याद है, लगभग आठ साल की उम्र में मैं बिस्तर पर लेटी रो रही थी क्योंकि मुझे नरक में जाने की आशंका सता रही थी। मैं इतनी बड़ी हो गई थी कि समझ सकूँ कि वह जगह कितनी भयानक होगी। मुझे डर था कि मैं नरक में जाऊँगी और

मेरे माता-पिता स्वर्ग में; उन्हें फिर कभी न देख पाने का विचार ही भयानक था। मैं बार-बार ईश्वर से प्रार्थना करती थी कि मैं नरक में न जाऊँ।
कितने अन्य बच्चे और वयस्क भी इसी प्राचीन और गलत धारणा से बुरी तरह डर चुके हैं? सभी सबूतों को देखते हुए, आप इस तरह की धारणाओं के बारे में अपने सभी डर को निश्चिंत होकर छोड़ सकते हैं।
एक स्थान।
अनंत नरक की बेतुकी धारणा का सबसे अच्छा खंडन मेरे एक रेडियो साक्षात्कार के दौरान हुआ। एक बुजुर्ग महिला ने फोन किया और ये ज्ञानवर्धक और प्रेमपूर्ण शब्द कहे: “मेरे छह बच्चे हैं और मैं उन सभी से प्यार करती हूँ। मैं हमेशा उनके कार्यों को सही नहीं मानती, लेकिन वे जो भी करें, मैं हमेशा उनसे प्यार करूंगी। मुझे लगता है कि ईश्वर भी ऐसा ही है।” इससे नरक की वास्तविक वास्तविकता को लेकर अधिक सटीक समझ विकसित करने के लिए एक भावपूर्ण चर्चा शुरू हुई।

आत्महत्या: अक्षम्य पाप नहीं
सामूहिक सोल प्रूफ साक्ष्य के आलोक में इस विषय पर पुनर्विचार करना अत्यंत महत्वपूर्ण है। आत्महत्या द्वारा जिन लोगों का शरीर अनंत संभावनाओं के क्षेत्र में विलीन हो जाता है, उनके परिवार और मित्र अत्यंत गहरे सदमे में होते हैं। वे अपने प्रियजनों की आत्माओं के बारे में चिंतित होते हैं और इस बात के लिए अपराधबोध महसूस करते हैं कि उन्होंने क्या किया या क्या नहीं किया।
आत्महत्या करने वाले व्यक्ति के कई परिवारवाले और दोस्त अवचेतन रूप से आत्महत्या से क्रोधित होते हैं, लेकिन वे उस भावना को व्यक्त नहीं कर पाते। उनके शोक और अन्य भावनाएँ इस सोच से और भी बढ़ जाती हैं कि वे शायद अपने प्रियजन को फिर कभी नहीं देख पाएंगे।
व्यापक वास्तविकता को सही ढंग से समझने के लिए सचेत भाषा अत्यंत महत्वपूर्ण है। मैं "उसकी जान ले ली", "उसकी जान ले ली" या "खुदकुशी कर ली" जैसे शब्दों का प्रयोग करने से बचता हूँ क्योंकि ये संकेत देते हैं कि जीवन वास्तव में समाप्त हो सकता है। हाँ, शरीर नष्ट हो सकता है, लेकिन जीवन

शक्ति या ऊर्जा नहीं। अनेक प्रमाण स्पष्ट रूप से दर्शाते हैं कि मृत्यु का कारण चाहे जो भी हो, व्यक्ति का सार किसी अन्य रूप में विद्यमान रहता है। जब मैं किसी ऐसे व्यक्ति का वर्णन करता हूँ जिसकी शारीरिक मृत्यु आत्महत्या से हुई हो, तो मैं 'उसने आत्महत्या की' वाक्यांश का प्रयोग करने से बचता हूँ। 'करना' शब्द का प्रयोग अक्सर अपराधों का वर्णन करने के लिए किया जाता है, उदाहरण के लिए, 'उसने किया'।
उसने हत्या की या डकैती की।’ आत्महत्या कोई अपराध नहीं है; यह एक दुर्भाग्यपूर्ण परिणाम है जिसे मूल कारणों का समाधान करके रोका जा सकता है। मैं “उसने अपने सांसारिक अनुभव को समाप्त कर दिया” शब्दों को प्राथमिकता देता हूँ।
या फिर उसने आत्महत्या कर ली हो।" ये वाक्य शुरू में अधिक जटिल लग सकते हैं, लेकिन वास्तव में जो हुआ उसका वे अधिक सटीक वर्णन करते हैं।
भय पर आधारित धार्मिक शिक्षाएँ सिखाती हैं कि सांसारिक जीवन का अंत करना नरक की भयानक आग में जाने का निश्चित मार्ग है। हालाँकि, सामूहिक प्रमाण बताते हैं कि ऐसा कोई स्थान नहीं है और मरने के बाद हर कोई प्रकाश में प्रवेश कर सकता है—यहाँ तक कि वे भी जो अपना भौतिक शरीर त्याग देते हैं। इन प्रमाणों में मृत्यु के निकट के अनुभवों, मृत्यु के बाद के संवादों, प्रामाणिक माध्यमों, जीवन-द्वि-जीवन प्रतिगमन और ज्ञानवर्धक शिक्षाओं से प्राप्त जानकारी शामिल है।
जो लोग इस सांसारिक जीवन को समाप्त कर देते हैं, वे उच्च ऊर्जा का मार्ग अपनाने के उद्देश्य से इसी तरह की चुनौतियों का सामना फिर से करने का विकल्प चुन सकते हैं, लेकिन उन्हें ऐसा करने के लिए बाध्य नहीं किया जाता है। वे अपने निर्णय को लेकर अस्थायी रूप से भ्रमित और पछतावे का अनुभव कर सकते हैं, जब तक कि वे स्वयं को क्षमा नहीं कर लेते और ठीक होना शुरू नहीं कर देते। लेकिन प्रकाश हमेशा समझता है और सहायता करता है। और, जैसा कि 'अ कोर्स इन मिरेकल्स' सिखाता है,

इसे क्षमा करने की आवश्यकता नहीं है क्योंकि यह शुरू से ही किसी का न्याय या निंदा नहीं करता है।
जो लोग अपने भौतिक शरीर को नष्ट करते हैं, उन्हें अपने कार्यों का अहसास होने पर एक अस्थायी, स्वयं द्वारा निर्मित अप्रिय अनुभव हो सकता है।

यह किसी न्यायप्रिय देवता द्वारा थोपी गई शाश्वत नरक की आग नहीं है, बल्कि आत्म-निर्णय, अपराधबोध और दुख का परिणाम है। फिल्म 'व्हाट ड्रीम्स मे कम' ने इस विचार को खूबसूरती से दर्शाया है कि हम स्वयं अपने नरक का निर्माण करते हैं और जब हम तैयार होते हैं, तब हम अधिक दिव्य अवस्थाओं की ओर अग्रसर हो सकते हैं—यहां तक कि आत्महत्या के बाद भी।
कठिन समय में सांसारिक जीवन समाप्त करने का विचार आना काफी आम बात है। हालांकि, इन विचारों को अमल में लाना एक बहुत बड़ा कदम है। आत्महत्या का प्रयास करने वालों को निम्नलिखित समस्याओं का सामना करना पड़ सकता है:
• असहनीय शारीरिक दर्द
• गंभीर भावनात्मक संकट
• शराब या नशीली दवाओं के सेवन के कारण मानसिक भ्रम
• पोषण की कमी और रसायनों या भारी धातुओं की अधिकता के कारण मस्तिष्क की कार्यप्रणाली में असामान्यता
• हार्मोन संबंधी अंगों, विशेष रूप से थायरॉइड, पिट्यूटरी, हाइपोथैलेमस और एड्रिनल ग्रंथियों के कार्य में असंतुलन
• अवसाद या मुँहासे जैसी समस्याओं में सहायक मानी जाने वाली दवाओं से होने वाले दुष्प्रभाव।
संक्षेप में, ऐसी समस्याओं के लिए सुरक्षित, किफायती, प्राकृतिक और प्रभावी (SANE) उपचार अक्सर मौजूद होते हैं। पोषण आधारित उपचार, एक्यूपंक्चर, कायरोप्रैक्टिक, एकीकृत चिकित्सा, परामर्श और समय बीतने से भी लाभ हो सकता है।
उदाहरण के लिए, यदि पोषण की कमी मस्तिष्क को प्रभावित कर रही है, तो व्यक्ति के लिए स्पष्ट रूप से सोचना मुश्किल हो सकता है। यह समस्या तब और बढ़ जाती है जब रासायनिक या भारी धातु विषाक्तता जैसे तनाव कारक भी इसमें शामिल होते हैं। शरीर में सूक्ष्मजीवों की अधिक संख्या भी एक संभावित कारक है जो स्थिति को और बिगाड़ सकती है। खराब आहार और भोजन, हवा और पानी का प्रदूषण भी मस्तिष्क और अन्य महत्वपूर्ण अंगों के कामकाज में गड़बड़ी का कारण बन सकता है। चिंता, अवसाद और अनिद्रा जैसे लक्षण शरीर द्वारा यह संकेत देने के तरीके हैं कि कुछ गड़बड़ है।
गड़बड़ है।

इन समस्याओं को आमतौर पर संपूर्ण खाद्य पूरक आहार, संतुलित आहार और बेहतर स्व-देखभाल प्रथाओं से ठीक किया जा सकता है।

इन सभी पहलुओं को कवर करने के लिए न्यूट्रिशन रिस्पांस टेस्टिंग (unsinc.info) या एप्लाइड काइन्सियोलॉजी (icakusa.com) की सलाह दी जाती है। यदि आप या आपका कोई प्रियजन आत्महत्या के बारे में सोच रहे हैं और मदद चाहते हैं, तो आप इन लिंक पर जाकर किसी चिकित्सक से संपर्क कर सकते हैं। यदि किसी प्रियजन ने अपनी जान गंवाई है, तो प्राकृतिक उपचार आपको ठीक होने और बेहतर जीवन जीने में मदद कर सकता है। बेहतर आत्म-देखभाल और प्राकृतिक उपचार के तरीकों की शक्ति के बारे में अधिक जानकारी के लिए, मेरी पुस्तक 'रेडिएंट वेलनेस' देखें।
जो लोग इस सांसारिक जीवन को समाप्त करते हैं, उन्होंने संभवतः आत्मा के स्तर पर स्वेच्छा से कष्ट सहने और संसार बदलने का निर्णय लिया हो, ताकि मानवता को स्वस्थ भोजन, वायु और जल के महत्व के प्रति जागरूक किया जा सके। ये व्यक्ति भावनात्मक और शारीरिक रूप से काफी संवेदनशील हो सकते हैं, और इसलिए असंतुलन होने पर आम लोगों की तुलना में अधिक कष्ट सहते हैं। इस अर्थ में, वे कोयले की खान में मौजूद कैनरी पक्षियों की तरह हैं जो प्रेमपूर्वक हम सभी को चेतावनी दे रहे हैं।
एक और समूह जो आत्महत्या की ओर अधिक प्रवृत्त हो सकता है, वे हैं जिनकी आत्माएं समय से पहले या जल्दबाजी में पृथ्वी पर आ गईं। इस प्रकार, वे इस ग्रह पर होने वाले अपरिहार्य तनावों और चुनौतियों का सामना करने के लिए अच्छी तरह से तैयार नहीं थे। ऐसे लोग आत्महत्या पत्र छोड़ सकते हैं जिसमें वे कहते हैं कि वे अब और सहन नहीं कर सकते थे।
उन्हें शायद ऐसा लगा हो कि वे यहाँ के माहौल में फिट नहीं बैठते या उनके इस धरती पर आने के समय को लेकर कोई गलती हुई हो।
मैं समझ सकता हूं कि इन सभी परिस्थितियों में लोग तर्कसंगत रूप से या आवेग में आकर अपने दर्द को समाप्त करने का निर्णय क्यों ले सकते हैं।
निःसंदेह, समस्त जीवन के सृष्टिकर्ता और पालनहार भी ऐसा ही करते हैं। जेम्स वैन प्राघ, रोज़मेरी अल्टेया और जॉर्ज एंडरसन जैसे उच्च प्रमाणिक माध्यम इस बात से सहमत हैं कि जो लोग इस सांसारिक जीवन को समाप्त करते हैं,

वे किसी अंधेरी जगह में नहीं रहते। बाइबल में वर्णित खोए हुए बेटे की कहानी की तरह, सृष्टिकर्ता आत्माओं का घर में स्वागत करने के लिए हमेशा तत्पर रहता है, जब भी वे इसके लिए तैयार हों।
ऐसा कहा जाता है कि जो आत्माएं अपना भौतिक शरीर त्याग देती हैं, वे कभी-कभी विशेष वातावरण में भरपूर देखभाल और निःशर्त प्रेम के साथ स्वस्थ हो जाती हैं। उनकी आत्माएं एक अत्यंत शांत और सुरक्षित लोक में हो सकती हैं, जहाँ केवल पिल्ले, बिल्ली के बच्चे और हिरण के बच्चे ही निवास करते हैं। स्वस्थ हो रही आत्माओं की देखभाल, सहायता और मार्गदर्शन देवदूत और मार्गदर्शक करते हैं।
इस दृष्टिकोण का समर्थन करने वाले नैदानिक प्रमाणों का एक उदाहरण माइकल न्यूटन, पीएचडी का कार्य है, जैसा कि उनकी पुस्तक 'जर्नी ऑफ सोल्स' में वर्णित है। पृथ्वी पर अपने जन्मों के बीच के समय को याद करने में हजारों लोगों की सहायता करते हुए, उन्होंने और अन्य चिकित्सकों ने पाया है कि आत्महत्या के लिए बाहरी स्रोत से कोई दंड नहीं है। उनके ग्राहक

यह रिपोर्ट कहती है कि दंड एक सांसारिक स्थिति है जो अधिक प्रबुद्ध आयामों में नहीं होती है।
डॉ. न्यूटन ने सांसारिक जीवन समाप्त करने वाली आत्माओं के बारे में बताया कि वे अक्सर अपने खराब निर्णय पर निराश होती हैं क्योंकि उन्होंने बेहतर विकल्प नहीं चुने। हालांकि, उन्होंने यह भी बताया कि जो लोग गंभीर दीर्घकालिक दर्द या अक्षमता से बच जाते हैं, उन्हें अपने इस अनुभव के लिए कोई पछतावा नहीं होता।
आत्महत्या। इन मामलों में उनके आत्मीय साथी, देवदूत और अन्य उच्च ऊर्जा सहायक भी अधिक स्वीकार्य दृष्टिकोण रखते थे।
आत्महत्या करके धरती छोड़ने वालों के लिए नरक की भयानक आग की धारणा, सामान्य ज्ञान और प्रेमपूर्ण दृष्टिकोण से देखने पर कमजोर पड़ जाती है।
जब आप छोटे थे, क्या आपके माता-पिता ने कभी आपको मारा था और फिर जब आप बहुत रो रहे थे, तो कहा था: "रोना बंद करो वरना मैं तुम्हें रोने का कोई और कारण दे दूंगा?" शुक्र है, मेरे माता-पिता ने ऐसा नहीं किया।
माता-पिता की वह रणनीति न तो तब और न ही अब समझ में आती है।

खैर, यह विचार भी सही नहीं है कि जो लोग इतनी विकट परिस्थितियों में हैं कि वे अपना शरीर त्याग देते हैं, उन्हें एक प्रेममय सृष्टिकर्ता मिलेगा जो कहेगा, “तो, तुमने आत्महत्या कर ली, है ना? अब मैं तुम्हें दिखाऊंगा कि असल में क्रूरता क्या होती है! अपने हथियार निकालो, लड़कों! जाओ और हमेशा के लिए नरक में जल जाओ!” इस तरह की मध्ययुगीन बकवास ने पहले ही जीवन के स्रोत से बहुत भ्रम और अलगाव पैदा कर दिया है।
इस मुद्दे पर सभी साक्ष्यों के आलोक में विचार करें। मूल रूप से, मनुष्य ऊर्जा के शाश्वत प्राणी हैं जो ईश्वर का अभिन्न अंग हैं। तो फिर, आप उससे अलग कैसे हो सकते हैं?
सौभाग्य से, कुछ संप्रदाय और आध्यात्मिक स्रोत यह सही ढंग से मानते हैं कि समस्त सृष्टि अपने मूल स्वरूप में ही सर्वस्व से एक है। मैं यूनिटी, यूनिटेरियन-यूनिवर्सलिस्ट, साइंस ऑफ माइंड, रिलीजियस साइंस, सेंटर्स फॉर पॉजिटिव लिविंग, यूनाइटेड चर्च ऑफ क्राइस्ट और अन्य प्रेम-आधारित और खुले विचारों वाले चर्चों की अनुशंसा करता हूँ। ये बुद्धिमान और करुणामयी दृष्टिकोण मानते हैं कि ऐसी दुखद घटनाओं के लिए एक विशेष योजना है।
यदि आपके किसी प्रियजन की मृत्यु आत्महत्या से हुई है, तो कृपया SoulProof.com पर लेख #4 पढ़ें। यदि आप आत्महत्या करने के बारे में सोच रहे हैं, तो लेख #5 पढ़ें।

सार्वभौमिक मोक्ष
स्रोत, मनुष्य और परलोक की उच्च प्रकृति के बारे में प्रबुद्ध समझ स्वाभाविक रूप से सार्वभौमिकता की पहचान की ओर ले जाती है।

मोक्ष। इस अवधारणा के अनुसार, सभी आत्माएँ अंततः चेतना की एक अद्भुत अवस्था का अनुभव कर सकती हैं और प्रकाश को ग्रहण कर सकती हैं। अनंत के समस्त सृष्टि के प्रति प्रेम में समय सहित कोई बाधा नहीं है। आपके पास इसे सही करने के लिए अनंत काल है।
सार्वभौमिक मोक्ष को केवल कुछ अति मुखर और भय-आधारित संप्रदाय ही अस्वीकार करते हैं, जो उन लोगों के लिए कभी न खत्म होने वाली यातना का उपदेश देते हैं जो उनके एक निश्चित तरीके से विश्वास नहीं करते। जोसेफ

कैंपबेल ने कहा कि दुनिया के सभी स्थापित धर्मों में से, केवल अत्यंत रूढ़िवादी ईसाई संप्रदाय ही मानते हैं कि एक भयंकर शाश्वत नरक मौजूद है। सौभाग्य से, सभी धर्मों में प्रबुद्ध संप्रदाय हैं जो सृष्टिकर्ता के प्रेम, समझ और क्षमा की गहराई को पहचानते हैं। स्वदेशी आध्यात्मिक परंपराएं समस्त सृष्टि में अंतर्निहित एकता को पहचानती हैं जो सार्वभौमिक मुक्ति की ओर इशारा करती है।
उदाहरण के लिए, यूनिटेरियन-यूनिवर्सलिज़्म ने सार्वभौमिक मोक्ष को मान्यता देने के साथ-साथ महिलाओं के अधिकारों, उन्नत मानसिक स्वास्थ्य उपचार, समलैंगिक अधिकारों और अन्य धर्मों के प्रति सहिष्णुता की वकालत करने में लंबे समय से अग्रणी भूमिका निभाई है। इसके प्रारंभिक सदस्यों में हेनरी डेविड थोरो, क्लारा बार्टन, राल्फ वाल्डो एमर्सन, एमिली डिकिंसन, नथानिएल हॉथोर्न, वाल्ट व्हिटमैन, डोर्थिया डिक्स, होरेस ग्रीली, सुसान बी. एंथोनी और थॉमस जेफरसन शामिल थे।
18 वीं शताब्दी में, दोनों समूहों के विलय से पहले, थॉमस स्टार किंग ने कहा था, "एक समूह (यूनिवर्सलिस्ट) का मानना है कि ईश्वर इतना अच्छा है कि उसे नष्ट करना असंभव है।"
उन्हें हमेशा के लिए धिक्कार है और दूसरा (यूनिटेरियन) भी यही सोचता है। हमेशा के लिए शापित होना अच्छा है।"
डॉ. बेंजामिन रश, जो एक सार्वभौमिकतावादी सदस्य, चिकित्सक और स्वतंत्रता की घोषणा पर हस्ताक्षर करने वाले व्यक्ति थे, ने कहा: “ईश्वर के अपने सभी प्राणियों के प्रति सार्वभौमिक प्रेम में विश्वास… ईश्वर अंततः सभी को पुनर्स्थापित करेगा।”
जो दुखी हैं उन्हें सुख मिलेगा।" यह उस युग में एक उल्लेखनीय कथन था जब शाश्वत नरक की आग और दंड में विश्वास व्यापक था। यह विश्वास कि पूरी मानव जाति को बचाया जाएगा, 544 ईस्वी में चर्च परिषदों द्वारा विधर्म घोषित किया गया था। (18)
हालांकि, कृपया याद रखें कि छठी शताब्दी ईस्वी अंधकार युग था। क्या अब समय आ गया है कि हम अपने धर्मशास्त्रों को अद्यतन करें, विशेषकर समकालीन साक्ष्यों के आलोक में जो अधिक प्रबुद्ध विचारों का समर्थन करते हैं? डॉ. जैक माइल्स, पूर्व जेसुइट पादरी और 'गॉड: ए बायोग्राफी' के लेखक ने कहा: "बाइबल में उनके बारे में जो कुछ कहा गया है, वह शायद ही कभी देखा जाता है।"

उपदेश मंच से प्रचारित किया जाता है क्योंकि, अगर इसकी बारीकी से जांच की जाए, तो यह एक घोटाला बन जाता है।” वे उत्पत्ति 8 में वर्णित बाढ़ में परमेश्वर द्वारा अधिकांश मनुष्यों के विनाश के उदाहरण देते हैं, एक ऐसी जाति जिसे उन्होंने बनाया था और कुछ ही पृष्ठ पहले “बहुत अच्छी” बताया था। शाब्दिक व्याख्याओं की बुद्धिमत्ता पर सवाल उठाते हुए, माइल्स टिप्पणी करते हैं, “बाइबल में मिथक, किंवदंती और इतिहास अंतहीन रूप से मिश्रित हैं, और बाइबल इतिहासकार अंतहीन रूप से उन्हें छांट रहे हैं।” (19)
बाइबल में कई अंशों में सार्वभौमिक मोक्ष का समर्थन किया गया है।
लूका 12:32 में यीशु के ये शब्द उद्धृत हैं, “हे छोटी मंडली, डरो मत; क्योंकि तुम्हारे पिता की यही इच्छा है कि वह तुम्हें राज्य दे।” कुरिन्थियों 15:22 में प्रेरित पौलुस ने कहा, “क्योंकि जैसे आदम में सब मरते हैं, वैसे ही मसीह में सब जीवित किए जाएँगे।” मेरे दादा मार्श इस वचन और “सब” शब्द के बारे में अक्सर कहते थे: “इसमें लगभग सभी लोग शामिल हैं।” बाइबल में वर्णित उस चरवाहे की कहानी पर विचार करें जिसने खोई हुई एक भेड़ को खोजने के लिए अपनी निन्यानवे भेड़ों को छोड़ दिया था। मत्ती 18:11 और 14 में यीशु के ये शब्द वर्णित हैं: “क्योंकि मनुष्य का पुत्र खोए हुए को बचाने आया है… फिर भी स्वर्ग में रहने वाले तुम्हारे पिता की यह इच्छा नहीं है कि इन छोटे बच्चों में से कोई भी नाश हो जाए।” 2 पतरस 3:9 में कहा गया है: “यहोवा… यह नहीं चाहता कि कोई भी नाश हो, बल्कि यह चाहता है कि सब पश्चात्ताप करें।”
बाइबल की अन्य कहानियाँ भी दर्शाती हैं कि जीवन के स्रोत द्वारा मनुष्यों को कितना सम्मान दिया जाता है। जब भटका हुआ पुत्र "दूर देश" या सही जीवन से दूर से लौटा, तो उसका भव्य स्वागत किया गया। यही बात सभी पर लागू होती है, और परमेश्वर की योजना कुछ ही वर्षों तक सीमित नहीं है। उत्पत्ति 1:31 में वर्णित है कि मनुष्य को अपने स्वरूप में बनाने के बाद, "परमेश्वर ने अपनी बनाई हुई हर चीज़ को देखा, और देखो, वह बहुत अच्छी थी।"
कुछ लोग सार्वभौमिक मोक्ष की अवधारणा को अस्वीकार करते हैं क्योंकि यह गलत काम करने वालों को पर्याप्त रूप से दंडित नहीं करती है। वास्तव में, न्याय की एक उत्कृष्ट रूप से निर्मित प्रणाली है: आप जो बोते हैं वही काटते

हैं, जब तक कि आप वास्तव में पश्चाताप नहीं करते, सुधार नहीं करते, सीखते नहीं और बदलते नहीं।
बेहतर। सृष्टिकर्ता की योजना की निष्पक्षता के बारे में चिंतित लोग निश्चिंत हो सकते हैं कि दूसरों को नुकसान पहुंचाने वाले कार्यों के परिणामस्वरूप आनुपातिक रूप से नकारात्मक परिणाम उत्पन्न होते हैं जो दंडात्मक नहीं बल्कि शिक्षाप्रद होते हैं।
आप अपने प्रमुख विचारों, शब्दों और कर्मों के योग से अपना व्यक्तिगत स्वर्ग या नरक बनाते हैं। आपके वर्तमान और भविष्य के अनुभव आपके वर्तमान जीवन जीने के तरीके के आधार पर आनंदमय या भयावह हो सकते हैं।

सार्वभौमिक मोक्ष का अर्थ यह नहीं है कि मनुष्य के आध्यात्मिक रूप से अज्ञानी और नकारात्मक पहलू समय के साथ जीवित रहेंगे।
असंगत ऊर्जाएँ क्षीण हो जाएँगी, परन्तु स्रोत कर्ता और कर्म के बीच का अंतर जानता है। निम्न और सीमित पहलू नष्ट हो जाते हैं, जल जाते हैं, मुरझा जाते हैं और अंततः अस्तित्वहीन हो जाते हैं। सबसे तीव्र अग्नि अशुद्धियों को जलाकर सबसे मजबूत इस्पात का निर्माण करती है।
इसी प्रकार, जीवन के सबक अंततः हमें यह सिखाते हैं कि हमें अपने दिल की गहराई में जो अच्छा लगता है उसे अपनाना चाहिए और बुरे या कष्टदायक को त्याग देना चाहिए।
तो इस लिहाज़ से, हाँ, नरक की आग है, लेकिन शाश्वत निवास के रूप में नहीं। यही बात "आग और गंधक" की उपमाओं, "गेहूं और खरपतवार" के रूपकों और शास्त्रों की अन्य कहानियों की व्याख्या करती है। निम्न चेतना का जलना या विसर्जित होना होता है। समय के साथ हमारा वास्तविक स्वरूप परिपक्व होकर स्रोत का अधिक परिपूर्ण प्रतिबिंब बन जाता है।
जीवन में उनकी वर्तमान स्थिति चाहे कितनी भी अंधकारमय क्यों न हो, सभी प्राणी जब तैयार होते हैं तो सार्वभौमिक मोक्ष का उपहार प्राप्त कर सकते हैं। यह संभावना हमेशा से मौजूद थी, बस साकार होने और प्राप्त किए जाने की प्रतीक्षा कर रही थी।
धर्म और आध्यात्मिकता, नैदानिक, वैज्ञानिक और प्रत्यक्ष प्रमाणों के संयुक्त योगदान के कारण, आप इस खुशखबरी को और अधिक समझ सकते हैं। जैसा कि ट्रैपिस्ट भिक्षु थॉमस मर्टन ने कहा था, “हम एक पारदर्शी दुनिया में जी

रहे हैं, और ईश्वर हर पल… हर जगह, हर चीज़ में प्रकाशमान है। हम ईश्वर के बिना नहीं रह सकते। यह असंभव है… बिलकुल असंभव।”

धार्मिक दृष्टिकोण
उच्चतर समझ की इस नींव के साथ, आइए पहले धार्मिक और फिर आध्यात्मिक ज्ञान का अध्ययन करें। प्रत्येक धर्म में शारीरिक मृत्यु के बाद क्या होता है और वांछित परिणाम प्राप्त करने के लिए मानदंड क्या हैं, इसका अपना-अपना वर्णन है। हिंदू धर्म का भगवद्-गीता ग्रंथ, जो सबसे प्राचीन जीवित धर्म है, कई हजार वर्ष पुराना है।
ईसा पूर्व। इनमें वास्तविकता के उन हिस्सों के बारे में लिखित और मौखिक अभिलेख हैं जिन्हें पांच इंद्रियों से अनुभव नहीं किया जा सकता। बाइबल में यीशु के जीवित रहने और क्रूस पर चढ़ाए जाने के बाद कई बार शिष्यों से मिलने का वर्णन है।
विश्व के विभिन्न धर्मों में महत्वपूर्ण समानताएं मौजूद हैं। प्रत्येक धर्म में सांस्कृतिक पूर्वाग्रहों, राजनीतिक प्रभावों और मानवीय त्रुटियों के बीच सत्य के अंश छिपे हुए हैं।

इसलिए, मेरे विचार से, परम सत्यों की सर्वोत्तम समझ महान धर्मों में ज्ञान के समान सूत्र खोजने से ही प्राप्त होती है।
एल्डस हक्सले ने अपनी पुस्तक 'द पेरेनियल फिलॉसफी' में विभिन्न धर्मों के सामान्य पहलुओं का वर्णन किया है। डॉ. विलिस हारमोन ने संक्षेप में कहा है: “जब विश्व और इतिहास के विभिन्न धर्मों का अध्ययन किया जाता है, तो पाया जाता है कि वे दो प्रकार के होते हैं। पहला, प्रत्येक धर्म के एक या एक से अधिक बाह्य या सार्वजनिक रूप होते हैं। जब हम 'धर्म' शब्द का प्रयोग करते हैं, तो आमतौर पर हम इन्हीं रूपों के बारे में सोचते हैं। इनकी विशेषताएँ इनके अनुष्ठान, पूजा स्थलों की वास्तुकला, प्रकट साहित्य आदि हैं। लेकिन इसके अलावा, प्रत्येक आध्यात्मिक परंपरा का एक गूढ़ या गुप्त रूप भी होता है, जो केवल एक विशिष्ट समूह को ज्ञात होता है और आमतौर पर इसमें किसी प्रकार की ध्यान साधना शामिल होती है। बाह्य धर्मों की विविधता अविश्वसनीय रूप से व्यापक है।”

हालाँकि, सभी गूढ़ परंपराएँ मूलतः एक ही हैं या, अधिक सटीक रूप से, किसी न किसी रूप में संभावित सार्वभौमिक आध्यात्मिक अनुभव पर आधारित प्रतीत होती हैं। इस सामान्य मूल को कभी-कभी ‘शाश्वत दर्शन’ कहा जाता है।” (20) हारमोन ने इस दर्शन को विज्ञान के अनुकूल माना और इन गूढ़ समानताओं का वर्णन किया:
1. पदार्थ और व्यक्तिगत चेतना का संसार—वस्तुओं, जानवरों और मनुष्यों का संसार—एक की अभिव्यक्ति है।
वह दिव्य आधार जिसके भीतर सभी आंशिक वास्तविकताओं का अस्तित्व है।
2. मनुष्य में दोहरी प्रकृति होती है: एक समयबद्ध अहंकार और एक शाश्वत आत्मा। यह शाश्वत आत्मा ही आत्मा है, जो भीतर विद्यमान दिव्यता की चिंगारी है। मनुष्य के लिए आत्मा—दिव्य आधार—से एकात्म होना संभव है, अर्थात् अपनी दिव्य प्रकृति को पहचानना संभव है।
3. पृथ्वी पर मनुष्य के जीवन का एक ही उद्देश्य है—शाश्वत आत्मा से एकात्म होना और इस प्रकार दिव्य आधार के एकात्मक ज्ञान को प्राप्त करना। विभिन्न धर्मों में समानता को समझने का एक तरीका एक ही विषय पर विभिन्न धार्मिक ग्रंथों के अंशों की तुलना करना है। मार्टिन एरॉनसन द्वारा संपादित "जीसस एंड लाओ त्ज़ु: द पैरेलल सेइंग्स" और डॉ. मार्कस बोर्ग द्वारा संपादित "जीसस एंड बुद्धा: द पैरेलल सेइंग्स" इन महान शिक्षकों के बीच मजबूत संबंधों को दर्शाते हैं।

अमरता और ईश्वर के साथ हमारे अंतर्संबंध के बारे में निम्नलिखित धार्मिक उद्धरणों में पाई जाने वाली समानताओं पर ध्यान दें:
◆ बौद्ध धर्म: "यह जानकर कि यह शरीर झाग के समान है, यह जानकर कि इसका स्वरूप मृगतृष्णा जैसा है, शिष्य मृत्यु से अछूता रहता है।"
◆ सिख धर्म: “भगवान हर हृदय में विराजमान हैं, और उन्हीं में मेरा घर है।” ◆ ईसाई धर्म: “तुम ईश्वर हो। जिन्हें ईश्वर का वचन सौंपा गया है, उन्हें ईश्वर कहा जाता है… जो कोई जीवित है और विश्वास रखता है, वह कभी नहीं मरेगा।”
◆ हिंदू धर्म: “अंतर्दृष्टि से परे, एक अन्य जीवन विद्यमान है, जो इंद्रियों के जीवन से भिन्न है, दृष्टि से परे है, और अपरिवर्तनीय है। यह

सृष्टि के नष्ट होने के बाद भी विद्यमान रहता है… व्यक्तिगत आत्मा सारतः सार्वभौमिक आत्मा ही है।”
◆ यहूदी धर्म: “प्रभु मेरा चरवाहा है… निश्चय ही भलाई और दया मेरे जीवन भर मेरा पीछा करेंगी; और मैं सदा प्रभु के घर में निवास करूंगा।”
मैं धर्मों के बीच समानताओं पर ध्यान केंद्रित करने में सहज महसूस करता हूँ क्योंकि यह एक ऐतिहासिक तथ्य है कि अनेक परिवर्तनों ने मूल शिक्षाओं को बदल दिया है। उदाहरण के लिए, ईसाई धर्म में, मूल अरामी भाषा के अर्थ अक्सर आज प्रचलित संस्करणों से बिल्कुल भिन्न थे।
डगलस-क्लोट्ज़ ने कहा कि यीशु द्वारा बोली जाने वाली अरामी भाषा अत्यंत अभिव्यंजक थी और उसमें अर्थों की कई परतें समाहित थीं। मध्य पूर्वी और हिब्रू परंपरा के अनुसार, पवित्र शिक्षाओं का तीन दृष्टिकोणों से अध्ययन किया जाना चाहिए: बौद्धिक या शाब्दिक, लाक्षणिक और सार्वभौमिक या रहस्यमय। बाइबिल अनुवाद की त्रासदी यह है कि अनेक लोगों को प्रभावित करने के उद्देश्य से व्यक्त की गई अभिव्यक्तियाँ अपने अर्थ खो देती हैं। अर्थ के स्तर शाब्दिक व्याख्याओं तक ही सीमित थे। अरामी भाषा से ग्रीक अनुवाद भी समस्या का एक हिस्सा हैं, क्योंकि दोनों भाषाओं में बहुत अंतर था और ग्रीक कभी भी मूल निवासियों की भाषा नहीं बन पाई। उस समय हिब्रू मुख्य रूप से मंदिरों की भाषा थी।
उन्होंने कहा, “मध्य पूर्व की सभी प्रमुख समकालीन परंपराएँ—यहूदी, ईसाई और इस्लामी—एक ही स्रोत, एक ही धरती और संभवतः एक ही भाषा से उत्पन्न हुई हैं। मूल रूप से सभी ईश्वर को या तो एल या अल कहते थे, जिसका अर्थ था: ‘वह, वह एक, या वह’।”

एक जो सभी चीजों के माध्यम से विशिष्ट रूप से स्वयं को व्यक्त करता है।' इसी मूल से पवित्र नाम एलात (पुरानी कनानी), एलोहिम (हिब्रू), अल्लाहा (अरामी) और अल्लाह (अरबी) उत्पन्न होते हैं। यदि यह सरल तथ्य अधिक ज्ञात हो जाए, तो मेरा मानना है कि उन लोगों में अधिक सहिष्णुता और समझ होगी जो जानबूझकर या अनजाने में उन परंपराओं के बीच पूर्वाग्रह को बढ़ावा देते हैं जो मूल रूप से भाई-बहन की परंपराएं हैं।" (21)
जीवन का स्रोत केवल कुछ ही लोगों को प्रकट नहीं होता जिन्होंने बहुत पहले धर्मों की स्थापना की थी। समकालीन धार्मिक शिक्षक और साधक भी इस विषय में

गहन अंतर्दृष्टि प्राप्त कर सकते हैं। इसलिए, मैं अपने अंतर्मन के मार्गदर्शन, समकालीन ज्ञान स्रोतों और समय-सिद्ध धर्मों से सीखता हूँ। आधुनिक धार्मिक शिक्षकों के निम्नलिखित कथनों पर विचार करें:
◆ “जैसे एक छोटा पक्षी अंडे से निकलकर उड़ जाता है, वैसे ही हम भी इस खोल, शरीर रूपी खोल से बाहर निकल जाते हैं। हम इसे मृत्यु कहते हैं, लेकिन वास्तव में मृत्यु रूप परिवर्तन मात्र है।” - स्वामी सच्चिदानंद
◆ “मुझे पूरा विश्वास है कि मनुष्य का सबसे महत्वपूर्ण हिस्सा उसका भौतिक शरीर नहीं बल्कि उसका अभौतिक सार है, जिसे कुछ लोग आत्मा कहते हैं और कुछ लोग व्यक्तित्व… यह अभौतिक हिस्सा न मर सकता है और न ही नष्ट हो सकता है क्योंकि यह भौतिक नहीं है।” - रब्बी हेरोल्ड कुशनर
◆ “शरीर तो केवल एक वस्त्र है। आपने इस जीवन में कितनी बार अपने वस्त्र बदले हैं? फिर भी, इसके कारण आप यह नहीं कहेंगे कि आप बदल गए हैं। इसी प्रकार, मृत्यु के समय जब आप इस शारीरिक वस्त्र को त्यागते हैं, तो आप नहीं बदलते। आप वही अमर आत्मा, ईश्वर की संतान बने रहते हैं।” - परमहंस योगानंद ◆ “मेरा मानना है कि मृत्यु नामक घटना के दो पहलू हैं: एक वह जहाँ हम जीते हैं, और दूसरा वह जहाँ हम जीना जारी रखेंगे। अनंतकाल मृत्यु से शुरू नहीं होता। हम अभी अनंतकाल में हैं।” - रेव डॉ. नॉर्मन विंसेंट पील

आध्यात्मिकता संबंधी विचार
सभी संस्कृतियों के अनेक शिक्षक और दार्शनिक परलोक के अस्तित्व और हमारी शाश्वत आत्मा की प्रकृति का समर्थन करते हैं। मूल या स्वदेशी संस्कृतियों में अक्सर सुविकसित और तर्कसंगत ब्रह्मांड विज्ञान पाए जाते थे। रूढ़िवादी धर्मों के मिशनरियों ने उन्हें

हमने मूर्तिपूजक बर्बरों को धर्म परिवर्तन कराने की कोशिश की, जिसके अक्सर विनाशकारी परिणाम निकले। शायद अब अधिक लोग अन्य संस्कृतियों के पवित्र ज्ञान का सम्मान करने और उसे समझने के लिए तैयार हैं।
शमनवाद स्वदेशी जनजातीय आध्यात्मिकता का एक प्राचीन पहलू है।
इतिहास भर में, हर महाद्वीप पर शमन (जादूगर) मौजूद रहे हैं। मानवविज्ञानी माइकल हार्नर, पीएच.डी., ने अपनी पुस्तक 'द वे ऑफ द शमन' में कहा है: “शमन—

जिन्हें हम ‘सभ्य’ दुनिया में ‘चिकित्सक’ और ‘जादूगर’ कहते हैं—प्राचीन तकनीकों के एक उल्लेखनीय भंडार के संरक्षक हैं… एक शमन वह पुरुष या महिला है जो अपनी इच्छा से चेतना की परिवर्तित अवस्था में प्रवेश करता है— सामान्यतः छिपी हुई वास्तविकता से संपर्क करने और उसका उपयोग करने के लिए ताकि ज्ञान, शक्ति प्राप्त कर सके और अन्य व्यक्तियों की सहायता कर सके।” (22)
मानवविज्ञान साहित्य में अनेक प्रमाणित शमनवादी घटनाओं का वर्णन मिलता है। प्रत्यक्ष अनुभव पर जोर देने वाले अनुभवजन्य मामले भी आम हैं।
मेरे एक कार्यशाला में भाग लेने वाले डॉन ने मुझे तांत्रिक क्रियाओं से जुड़े अपने व्यक्तिगत अनुभव के बारे में बताया:
मेरे पिता का निधन तब हुआ जब मैं ग्यारह महीने का था, इसलिए मैं उन्हें ठीक से जान नहीं पाया। मेरे पास उनकी कई चीज़ें हैं, जिनमें उनका इस्तेमाल किया हुआ टेनिस रैकेट भी शामिल है। मैंने बचपन में उस रैकेट का इस्तेमाल किया था और हाल ही में मैं सोच रहा था कि उसे कहाँ रखूँ। उसी दौरान, मैं अपने पिता के बारे में और अधिक सोचने लगा। एक दोस्त ने मुझे एक कैथोलिक नन के बारे में बताया जो मनोचिकित्सक हैं और तांत्रिक तकनीकों का इस्तेमाल करती हैं।
मैंने उनके साथ एक सत्र निर्धारित किया और मेरी पत्नी ने पूरे अनुभव को देखा।
नन ने मुझसे पूछा कि क्या उनके किसी प्रियजन की मृत्यु हुई है जो आत्मा को पुनः प्राप्त करने के सत्र के दौरान उनकी आत्मा की सहायता कर सके। मैंने उन्हें बताया
मेरे पिताजी का नाम। सेशन के अंत में, उन्होंने कहा कि मेरे पिताजी की आत्मा वहाँ मौजूद थी और उनके पास मेरे लिए एक उपहार था। उन्होंने वर्णन किया कि मेरे पिताजी ने अपना हाथ आगे बढ़ाया हुआ था जिसमें एक टेनिस रैकेट था! यह एक पुराना संस्करण था, ऐसा संस्करण आपको आमतौर पर देखने को नहीं मिलेगा।
आज खेल के सामान की दुकान पर। इस बात की कोई संभावना ही नहीं थी कि नन को टेनिस रैकेट के बारे में पता हो—बिल्कुल भी नहीं!

मैं केवल यही निष्कर्ष निकाल सकता हूं कि किसी न किसी तरह मेरे पिता की आत्मा वहां मौजूद थी और मुझसे एक ऐसे संकेत के माध्यम से संपर्क करना चाहती थी जिसे केवल मेरी पत्नी और मैं ही समझ सकें।

मूल अमेरिकी शमनों ने सामूहिक ज्ञान में महत्वपूर्ण योगदान दिया है। उनके कुछ शब्द अब अधिक प्रचलित हो रहे हैं, उदाहरण के लिए, सृष्टिकर्ता के दूसरे नाम के रूप में "महान आत्मा" और शारीरिक मृत्यु के बाद होने वाली घटनाओं का वर्णन करने के लिए "बदलती दुनिया"।
सबसे आश्चर्यजनक बात यह थी कि उनके पास भय की अवधारणा के लिए कोई शब्द ही नहीं था। वे किसी भी चीज़ से डरने के विचार को निरर्थक मानते थे क्योंकि वे जानते थे कि जीवन सृष्टिकर्ता के साथ एक कभी न खत्म होने वाली, हालांकि अक्सर बदलती रहने वाली, यात्रा है।
अब आदिवासी बुजुर्ग सभी लोगों के साथ प्राचीन ज्ञान साझा कर सकते हैं और एक ऐसा दृष्टिकोण प्रदान कर सकते हैं जो शाश्वत दर्शन के साथ खूबसूरती से मेल खाता है। मेरे मित्र रेनबो ईगल, जो ओक्ला-चोक्टॉ जनजाति से हैं, ने कई बुजुर्गों से सीखा है और वे अपनी कक्षाओं और पुस्तक 'ए वॉक इन द वुड्स' में उनकी शिक्षाओं को साझा करते हैं।
सरल लेकिन गहन ज्ञान का एक उदाहरण ओगलाला सिओक्स जनजाति के एक शमन ब्लैक एल्क के शब्दों में मिलता है, जो अपने जीवन के अंतिम वर्षों में अक्सर छोटे बच्चों के साथ खेलने के लिए घुटनों के बल रेंगते थे। उन्होंने कहा, "हममें बहुत कुछ समान है। वे अभी-अभी उस महान रहस्य से आए हैं और मैं उसी में लौटने वाला हूँ।"
प्राचीन दार्शनिकों ने ऐसा ज्ञान दिया है जो आज भी काफी सटीक और प्रासंगिक है। उदाहरण के लिए, यूनानी दार्शनिक एपिक्टेटस ने कहा: “आपमें ईश्वर के सार का एक विशिष्ट अंश निहित है। तो फिर आप अपने श्रेष्ठ जन्म से अनभिज्ञ क्यों हैं? आप यह क्यों नहीं सोचते कि आप कहाँ से आए हैं? भोजन करते समय आप यह क्यों नहीं याद करते कि आप किसे खा रहे हैं और किसे खिला रहे हैं: क्या आप नहीं जानते कि आप ईश्वर को ही खिला रहे हैं; ईश्वर का ही अभ्यास करा रहे हैं? आप अपने साथ ईश्वर को लिए फिरते हैं।” (23)
संक्षेप में कहें तो, छठी शताब्दी ईसा पूर्व के यूनानी दार्शनिक और गणितज्ञ पाइथागोरस ने कहा था: “हिम्मत रखो; मानव जाति दिव्य है।” “स्वयं

को जानो” ग्रीस के डेल्फी मंदिर पर अंकित एक प्राचीन सूत्र है। यह उपदेश व्यक्ति के अनंत स्वरूप को जानने के महत्व को दर्शाता है।
ये विषय आज के लोकप्रिय उच्च विचार और पारलौकिक दर्शनों में प्रतिध्वनित होते हैं। ऐसे विचार न तो निरर्थक हैं और न ही रहस्यवाद से उत्पन्न हुए हैं। वास्तव में, इतिहास और साहित्य का अध्ययन बताता है कि ऐसे विचारों में कुछ भी नया नहीं है। धार्मिक इतिहासकार करेन आर्मस्ट्रांग ने कहा कि दार्शनिक प्लेटो, प्लॉटिनस और सुकरात ने ज्ञान प्राप्ति के लिए रूढ़िवादी धार्मिक भागीदारी के बिना आध्यात्मिक अध्ययन को प्रोत्साहित किया।

तीसरी शताब्दी के रोमन दार्शनिक प्लोटिनस ने पृथ्वी पर जीवन के लक्ष्य का वर्णन इस प्रकार किया: “हमें यहाँ सब कुछ त्यागकर केवल इसी पर ध्यान केंद्रित करना चाहिए… अपने पूरे अस्तित्व से ईश्वर को अपनाना, ताकि हमारा कोई भी अंश ईश्वर से जुड़ा न रहे। वहाँ हम ईश्वर और स्वयं को नियमानुसार प्रकट होते हुए देख सकते हैं: हमारा स्वयं वैभवशाली, बुद्धि के प्रकाश से परिपूर्ण, या यों कहें कि स्वयं प्रकाश से, शुद्ध, प्रकाशमय, वायुमय, और वास्तव में, एक ईश्वर बन जाता है।”
प्लॉटिनस के दृष्टिकोण की गूंज अन्य धर्मों में भी सुनाई देती है, जैसे कि क्वेकर्स, जो सिखाते हैं कि प्रत्येक व्यक्ति के भीतर एक आंतरिक प्रकाश होता है, जिसे एक बार खोजकर पोषित करने पर पृथ्वी पर मोक्ष और शांति का मार्ग प्रशस्त होता है। मध्ययुगीन काल का एक संप्रदाय, ब्रेथ्रेन ऑफ द फ्री स्पिरिट, प्लॉटिनस के दर्शन पर आधारित था और मानता था: “ईश्वर ही सब कुछ है, ईश्वर प्रत्येक पत्थर में और मानव शरीर के प्रत्येक अंग में विद्यमान है, प्रत्येक सृजित वस्तु दिव्य है। दिव्य सार ही मेरा सार है और मेरा सार ही दिव्य सार है। अस्तित्व में मौजूद प्रत्येक वस्तु अपने दिव्य स्रोत में लौटने की लालसा रखती है और अंततः ईश्वर में समाहित हो जाएगी।” (24)
जोसेफ कैम्पबेल ने कहा कि कुछ विषय, जिनमें से कुछ बाइबिल से पहले के थे, समय और दूरी से अलग हुई विभिन्न संस्कृतियों में मौजूद थे। ऐसे विषयों में विनाशकारी बाढ़ और कुंवारी जन्म से मुक्तिदाता शामिल थे। अन्य विषयों में वे मुक्तिदाता शामिल थे जिन्होंने नैतिकता का उपदेश दिया, क्रूस पर चढ़ाए

गए या मारे गए, और मरने के बाद पुनर्जीवित हुए। एक और बार-बार आने वाला विषय यह है कि विश्वासी अपने महान नेताओं को देवता का दर्जा देने की प्रवृत्ति रखते थे। (25)
कैम्पबेल ने कहा कि इस जानकारी से हम प्रत्येक व्यक्ति की अपार क्षमता के अंतर्निहित विषयों को बेहतर ढंग से समझ सकते हैं। यह विस्तृत दृष्टिकोण अतीत के चर्च-राजनीतिक प्रतिबंधों के सीमित प्रभावों को उजागर करता है, जैसे कि चौथी शताब्दी ईस्वी में थियोडोसियस प्रथम द्वारा यह घोषणा कि रोमन साम्राज्य के भीतर केवल ईसाई धर्म ही मान्य होगा।
डॉ. हस्टन स्मिथ ने धार्मिक संस्थानों में उस ठोसकरण प्रक्रिया पर चर्चा की जो सत्य को स्थिर, कमजोर या विकृत करने की प्रवृत्ति रखती है: “लिंकन स्टेफेंस की एक कहानी है जिसमें एक व्यक्ति पहाड़ की चोटी पर चढ़ गया और पैर की उंगलियों पर खड़े होकर सत्य को पकड़ लिया। शैतान को इस नवोदित व्यक्ति से कुछ गड़बड़ होने का संदेह हुआ, इसलिए उसने अपने एक चेले को उसका पीछा करने का आदेश दिया। लेकिन जब उस दानव ने घबराहट के साथ उस व्यक्ति की सफलता की सूचना दी—कि उसने सत्य को पकड़ लिया है—तो शैतान अविचलित रहा। ‘चिंता मत करो,’ उसने जम्हाई लेते हुए कहा। ‘मैं उसे इसे संस्थागत रूप देने के लिए लुभाऊंगा।’” (26)

स्मिथ ने कहा कि धार्मिक संस्थाएँ अपूर्ण मनुष्यों की रचना हैं और इसलिए उनमें अच्छाइयों के साथ-साथ बुराइयाँ भी मौजूद हैं। उन्होंने सुझाव दिया कि धार्मिक संस्थाओं में उन सत्यों को खोजना चाहिए जो अनेक ज्ञान परंपराओं में निहित व्यापक संदेश को प्रतिबिंबित करते हों।
मैं संगठित धर्मों की आलोचना नहीं कर रहा हूँ, लेकिन यह एक ऐतिहासिक तथ्य है कि समय के साथ उनमें महत्वपूर्ण परिवर्तन हुए हैं। इसलिए, मैं आपको अपने अंतर्मन की आवाज़ पर भरोसा करने और ज्ञान के अन्य स्रोतों का मूल्यांकन करने के लिए प्रोत्साहित करता हूँ। इससे आप स्थापित धर्मों की खूबियों से और भी अधिक लाभ उठा सकेंगे।

निष्कर्ष और कार्रवाई के चरण

प्रबुद्ध धार्मिक संप्रदाय और आध्यात्मिकता के स्रोत हमारे शाश्वत स्वरूप के बारे में अतिरिक्त प्रमाण प्रस्तुत करते हैं। शाश्वत ज्ञान सभी लोगों के लिए अपनी आंतरिक दिव्यता को पहचानने और प्रदर्शित करने का एक अनंत अवसर प्रदान करता है। अनेक प्रमाण इस बात की ओर संकेत करते हैं कि अंततः सभी को स्वर्गिक जीवन प्राप्त होगा—चाहे उनका अतीत कैसा भी रहा हो।
पृथ्वी। जब हम वास्तव में एक मन, स्वयं और वास्तविकता के स्वरूप को समझ लेते हैं, तो और क्या परिणाम हो सकते हैं?
इस श्रेणी के लिए विचारणीय कार्रवाई चरणों में निम्नलिखित शामिल हैं:

∞ विभिन्न धार्मिक शिक्षाओं का प्रत्यक्ष अनुभव प्राप्त करने के लिए चर्चों, सभाघरों, मस्जिदों और मंदिरों का दौरा करें।
∞ विभिन्न धर्मों और आध्यात्मिक परंपराओं के शिक्षकों द्वारा लिखित ग्रंथों का अध्ययन करें। ∞ इन विषयों पर उन लोगों से बात करें जिनके अलग-अलग दृष्टिकोण हों।
∞ अपनी व्यक्तिगत मान्यताओं के बारे में अधिक स्पष्टता प्राप्त करने के लिए नियमित रूप से प्रार्थना और ध्यान करें।

लाभ

स्रोत के करीब महसूस करना और उसके प्रति कृतज्ञता व्यक्त करना

मेरा घर पाँच एकड़ ज़मीन पर पेड़ों के बीच बसा है, जिसमें एक तालाब, पहाड़ियाँ और कई जीव-जंतु रहते हैं। चमकीले रंगों में उड़ती हुई नीली चिड़ियाएँ मेरी पसंदीदा हैं; मैंने उन्हें यहाँ रहने के लिए प्रोत्साहित करने के लिए पाँच घोंसले लगाए हैं। एक बार वसंत ऋतु में, मैंने उन्हें एक घोंसले में घोंसला बनाते देखा और उस पर नज़र रखी: पहले एक मज़बूत घोंसला, फिर दो छोटे अंडे, और बाद में, माँ चिड़िया अंडों पर बैठी हुई। एक भयंकर तूफान के बाद, मैंने देखा कि घोंसले की छत उड़ गई थी। घोंसले में दो बेजान चिड़ियों को देखकर मेरा दिल बैठ गया।
पहले तो मुझे खुद पर गुस्सा आया कि मैंने इससे ज़्यादा सुरक्षित ढक्कन क्यों नहीं बनाया। फिर मुझे सृष्टिकर्ता पर क्षणिक क्रोध आया: ये कैसी दुनिया है जहाँ नन्हे-मुन्ने उड़ने का मौका मिलने से पहले ही दुनिया छोड़ जाते हैं? हे सर्वव्यापी, सर्वशक्तिमान और सर्वज्ञानी, क्या तुम फिर से लापरवाह हो गए हो?
और फिर मुझे याद आ गया।
मुझे स्रोत की वे नई और अधिक तर्कसंगत छवियां याद आईं जो सामूहिक साक्ष्यों से उभरी हैं। एक ही मन आकाश में बैठा कोई बड़ा आदमी नहीं है जो

सभी घटनाओं को नियंत्रित करता है: "मैं इसे नष्ट कर दूंगा, इसे बचा लूंगा, उसके लिए चमत्कार होगा, उसके लिए निराशा होगी।"
मुझे वे अनेक रिपोर्टें याद आईं जिनमें कहा गया है कि प्रकाश एक जीवन शक्ति है, एक सामर्थ्य है, एक सर्वोच्च बुद्धि और ऊर्जा है जो समस्त जीवन का सृजन, पालन-पोषण और उसमें व्याप्त है। यह घटना प्रेम, शांति, आनंद और रचनात्मकता की असीम गहराई है। समस्त अस्तित्व का आधार सब कुछ है और सब में विद्यमान है। इसमें आप, मैं और वे नन्हे पक्षी भी शामिल हैं।
मुझे याद आया, इसलिए मैंने धीरे से उनके मुरझाए हुए शरीरों को बाहर निकाला और उन भौतिक शरीरों को पुनर्चक्रित किया जिनमें उनकी जीवन शक्ति समाहित थी।
इसे छोड़ दिया गया था। मैंने अगले परिवार के लिए इसे तैयार करने के लिए डिब्बे को साफ किया। मैंने गहरी सांस ली, और एक बार फिर याद किया कि प्रेम, सेवा, रोमांच, विकास और आनंद के लिए यह सांसारिक अनुभव कितनी खूबसूरती और परिपूर्णता से रचा गया है।

हालांकि हम ऊर्जावान रूप से अमर हैं, लेकिन हमारे भौतिक शरीर अमर नहीं हैं।
यह अंतर अत्यंत महत्वपूर्ण है। कुछ लोग अपने आस-पास के सभी कष्टों को देखकर अनंत बुद्धि की किसी भी धारणा को अस्वीकार कर देते हैं। मुझे एक ऐसे व्यक्ति को परामर्श देना याद है जिसने कहा कि वह हर हफ्ते चर्च जाता था, संडे स्कूल में पढ़ाता था, प्रार्थना करता था।
वह प्रतिदिन बाइबल का अध्ययन करता था और सृष्टिकर्ता के साथ उसका एक गहरा व्यक्तिगत संबंध था।
फिर उनके जवान बेटे की मृत्यु हो गई। कई वर्षों बाद, वे कट्टर नास्तिक बन गए और किसी भी सर्वोच्च शक्ति के विचार का उपहास करते थे।
यह समझना महत्वपूर्ण है कि सर्वसम्मत सत्ता किसी को भी, विशेषकर बच्चों को, किसी निश्चित समय पर पृथ्वी के विद्यालय से स्नातक नहीं कराती। पुख्ता प्रमाण बताते हैं कि हम एक स्वतंत्र इच्छाशक्ति वाले ब्रह्मांड में रहते हैं जहाँ हर कोई अपने आने-जाने का समय स्वयं चुन सकता है। यह तर्कसंगत है और उस दुखद प्रश्न का उत्तर देता है,

“भगवान ने मेरे नन्हे बच्चे को क्यों ले लिया?” इस सवाल के जवाब में, नेक इरादे वाले पादरियों ने अलग-अलग तरह से जवाब दिए हैं: “वह रहस्यमयी तरीकों से काम करता है।” या, “भगवान ने उस बच्चे का इस्तेमाल भटके हुए लोगों को बचाने के लिए किया।” या, मेरा सबसे नापसंद जवाब, “भगवान आपके नन्हे बच्चे के साथ रहना चाहते थे।”
यह कहने की आवश्यकता नहीं है कि ये उत्तर शोक में डूबे लोगों, विशेषकर स्वयं निर्णय लेने वाले लोगों को संतुष्ट नहीं करते। इन सभी उत्तरों में, जीवन का स्रोत एक कठपुतली नचाने वाले या मनमौजी तानाशाह की भूमिका निभाता है, जो अथाह पीड़ा और कष्ट के बावजूद मानव अस्तित्व के हर पहलू को नियंत्रित करता है।
सच कहें तो, अतीत में पादरियों के पास सोल प्रूफ में संकलित साक्ष्यों का भंडार नहीं था। इसलिए, वे केवल अपना विश्वास और जो उन्हें सिखाया गया था, वही प्रस्तुत कर सकते थे। विश्वास और धार्मिक शिक्षा
ये बातें महत्वपूर्ण हैं, लेकिन जब इन्हें व्यावहारिक और साक्ष्य-आधारित ज्ञान के साथ जोड़ा जाता है तो इनका महत्व और भी बढ़ जाता है।
यदि आप अपनी वास्तविकता का निर्माण करते हैं - चाहे सचेत रूप से या अचेतन रूप से
और इस प्रकार बड़ी घटनाओं की संभावना को देखते हुए, किसी भी बात की शिकायत करना व्यर्थ है। यह ऐसा ही होगा जैसे किसी रेस्तरां में खाना ऑर्डर करना और फिर परोसे गए भोजन के बारे में शिकायत करना।
वैसे, जन्म पूर्व योजना मॉडल नियतिवाद का संकेत नहीं देता, क्योंकि आप अपना मन बदल सकते हैं, गलतियाँ कर सकते हैं या योजना से भटक सकते हैं। आदर्श रूप से, आप समझदारी से चुनाव करें और अपने भविष्य के अनुसार जीवन जिएं।
जीवन स्रोत के साथ संरेखण, लेकिन यह आवश्यक नहीं है। यह जानने के लिए आपको केवल दैनिक समाचार पढ़ने की आवश्यकता है।

स्रोत की हमारी अवधारणा का विस्तार करना इस बात को समझने के लिए महत्वपूर्ण है कि हर कोई एक "बचाई गई" आत्मा है जो स्वतः ही अनंतकाल की उत्तराधिकारी होती है। जीवन का यही नियम है।

जब आप ईश्वर को एक कठोर और क्रोधी सत्ता के रूप में देखते हैं, तो आप गलत और सीमित धारणाओं का शिकार हो जाते हैं। इस धारणा के अनुसार, अनंत नरक की संभावना बनी रहती है और आप सोचने लगते हैं कि क्या आप मृत्यु के बाद हमेशा के लिए जलते रहेंगे या आपका नाश हो जाएगा।
सर्वस्व को अधिक व्यापक और सटीक रूप से समझने पर ऐसे भय निरर्थक प्रतीत होते हैं। जब आप वास्तव में यह समझ लेते हैं कि एक ही मन कितना प्रेममय, क्षमाशील और सर्वज्ञानी है, तो मोक्ष और शाश्वत जीवन से संबंधित कोई भी प्रश्न मूर्खतापूर्ण लगने लगते हैं। आप उस स्रोत का अभिन्न अंग हैं। भला आप उससे अलग कैसे हो सकते हैं?
भारत में रहने वाले समकालीन अवतार साईं बाबा को इस बात का गहरा ज्ञान था कि वे एक दिव्य चिंगारी हैं और वे उसी के अनुरूप जीवन जीते थे। जब एक पश्चिमी एक पत्रकार ने उनसे पूछा, "क्या आप ईश्वर हैं?" उन्होंने उत्तर दिया, "हाँ, मैं हूँ, और आप भी हैं। आप और मुझमें बस इतना ही अंतर है कि मुझे यह पता है, और आपको नहीं।"
मैं आपसे एक सवाल पूछता हूँ: अगर कोई आपको पानी में डुबो दे और आपकी साँसें रुकने लगें, तो आप कितनी मुश्किल से संघर्ष करेंगे? जब आप प्रकाश और अपने सच्चे स्वरूप को जानने की इतनी तीव्र इच्छा रखते हैं, तो ज्ञानोदय दूर नहीं होता। वृहत्तर वास्तविकता के प्रति जागृति ही वह स्थिति है।
यह एक प्रक्रिया है, लेकिन आप थोड़े समय में ही इस दिशा में अभूतपूर्व प्रगति कर सकते हैं। आप धीरे-धीरे अपने अनंत और शाश्वत स्वरूप के पूर्ण और शुद्ध प्रतिबिंबों की ओर विकसित हो सकते हैं।
यदि आपका अभी तक सृजनात्मक मन के साथ कोई सार्थक संबंध नहीं है, तो कुछ क्षण निकालकर प्रार्थना करें या उस पुनर्मिलन के लिए कोई संकल्प लें। प्रार्थना करें और आप अपने भीतर और चारों ओर उसकी उपस्थिति पाकर सुखद आश्चर्यचकित होंगे। इससे आपको यह गहराई से जानने में मदद मिलेगी कि आप एक शाश्वत प्राणी हैं जो सदा सृष्टिकर्ता के हृदय में विलीन हैं।
इस रिश्ते के अनेक लाभ हैं। सबसे बढ़कर, आप हृदय से एक तीव्र इच्छा महसूस कर सकते हैं—डर या बाध्यता नहीं—कि आप अपने विचारों, शब्दों और कार्यों में हमेशा ईश्वर के साथ चलें।

आप सदा अपनी उच्चतम प्रकृति को गहराई से याद रखें और जीवंतता से जिएं। आप समस्त जीवन के स्रोत के साथ एक समृद्ध संबंध का पूर्ण आनंद लें, यह जानते हुए कि उसकी दृष्टि चिड़िया, नीली चिड़िया, आप और सभी पर है।

प्रसवकालीन साक्ष्य

नहाते समय, एक चार साल का लड़का अपनी माँ से बातें करने लगता है: “मुझे याद है जब मैं तुम्हारे गर्भ में था…” वह अपनी माँ को गर्भावस्था के दौरान घटी घटनाओं का विस्तृत वर्णन करता है। बाद में, बच्चा अपने जन्म से ठीक पहले और बाद में हुई घटनाओं का भी सटीक वर्णन करता है: कौन-कौन से परिवार के सदस्य मौजूद थे, कौन-कौन से चिकित्सा उपकरण इस्तेमाल किए गए, कौन-कौन से परीक्षण किए गए, और यहाँ तक कि लोगों ने कैसे कपड़े पहने थे। माँ को विश्वास नहीं होता; उसे यकीन है कि किसी ने भी उसे ये बातें नहीं बताई होंगी। आखिर उसे कैसे पता होगा कि जब वह उसकी कोख में नवजात शिशु था तब क्या हुआ था? प्रसवकालीन अवधि से तात्पर्य मानव जन्म से ठीक पहले, जन्म के दौरान और जन्म के बाद के समय से है। प्रसवकालीन अवधि के दौरान जागरूकता पर किए गए शोध से पता चलता है कि नवजात शिशु के भीतर एक बुद्धिमान और वस्तुनिष्ठ चेतना विद्यमान होती है। प्रसवकालीन अनुभव, जिसे संक्षेप में PNE कहा जाता है, विशेष रूप से रोचक है क्योंकि यह जन्म से पहले मौजूद जागरूकता की ओर इशारा करता है। NDE शोध मृत्यु के बाद चेतना की निरंतरता को इंगित करता है; PNE शोध मानव जन्म से पहले जागरूकता के अस्तित्व की ओर इशारा करता है।
माइंडसाइट में, रिंग और कूपर ने प्रसवकालीन अनुसंधान की समीक्षा की और मानव चेतना की दोहरी प्रकृति की उभरती हुई तस्वीर पर ध्यान दिया।
सबसे पहले, एक मस्तिष्क-आधारित चेतना (बीबीसी) होती है जो भ्रूण के विकास के साथ विकसित होती है। इसके अतिरिक्त, हालांकि, बहुत सारे अनुभवजन्य प्रमाण चेतना के एक पारलौकिक स्रोत (टीएससी) की ओर इशारा करते हैं।
जो “भौतिक जीवन से पहले मौजूद होता है और शारीरिक मृत्यु के बाद भी जीवित रहता है।” टीएससी (TSC) सबसे अधिक एनडीई (NDE), चेतना की रहस्यमय अवस्थाओं और प्रसवकालीन अनुभवों के दौरान स्पष्ट होता है। लेकिन टीएससी आमतौर पर बीबीसी (BBC) द्वारा ढक जाता है जो हमारे भौतिक जगत में इतना प्रमुख है। (1)

प्रसवकालीन अवधि से संबंधित स्मृति को पुनः प्राप्त करने में सहायता के लिए सम्मोहन का उपयोग करके जानकारी एकत्र करने में कभी-कभी पीएनई अनुसंधान शामिल होता है।
इन घटनाओं को स्वतः याद करने वाले बच्चों का साक्षात्कार लेना भी डेटा का एक अन्य स्रोत है। पीएनई के बारे में पढ़ते समय, ध्यान रखें कि शोधकर्ता 'आत्मा या भावना' के बजाय 'मन, जागरूकता या चेतना' शब्दों को प्राथमिकता देते हैं।

शोध साक्ष्य और मामले
डॉ. हेलेन वामबाक के शोध ने विकासशील भ्रूण में आत्मा के आगमन के समय के बारे में नैदानिक जानकारी प्रदान की। डॉ. वामबाक ने 750 से अधिक लोगों को सम्मोहन विधि से प्रतिगमन कराया और उनसे उनके भ्रूण जीवन का वर्णन करने को कहा। उनके अध्ययन में शामिल 89 प्रतिशत लोगों ने चेतना के दो अलग-अलग लेकिन एक साथ मौजूद स्रोतों के अस्तित्व की जानकारी दी। उन्होंने बढ़ते भ्रूण की चेतना की तुलना में चेतना के पारलौकिक स्रोत से अधिक जुड़ाव महसूस किया।
उनके अध्ययन में शामिल लोगों ने स्वयं को ऐसे निराकार मन के रूप में वर्णित किया जो भ्रूण और माँ के आसपास मंडराते रहते थे। यह चेतना आ-जा सकती थी और माँ की भावनाओं का टेलीपैथिक ज्ञान रखती थी। लगभग 80 प्रतिशत अध्ययन में शामिल लोगों ने मानव जन्म से ठीक पहले, दौरान या बाद में अपनी पूर्व-अस्तित्व वाली चेतना (TSC) को भ्रूण के मस्तिष्क (BBC) से जोड़ने की सूचना दी। केवल 11 प्रतिशत ने छह महीने की भ्रूण अवस्था से पहले ऐसा करने की सूचना दी। (2)
अपनी पुस्तक "सोल ट्रेक: मीटिंग आवर चिल्ड्रन ऑन द वे टू बर्थ" में, एलिज़ाबेथ हैलेट, आर.एन., ने गर्भाशय की पुष्टि करने योग्य स्थिति पर चर्चा की है।
ऐसी यादें जो यह संकेत देती हैं कि चेतना जन्म से मृत्यु तक की समयसीमा से परे भी फैली हुई है। उदाहरण के लिए, उन्होंने उन दाइयों के मामलों का हवाला दिया जिन्हें गर्भ में पल रहे शिशुओं से सटीक संदेश प्राप्त हुए थे।

यह जानकारी, जैसे कि मातृ रक्तचाप में वृद्धि की चेतावनी या आसान प्रसव के लिए स्थिति में आवश्यक परिवर्तन, अक्सर चिकित्सकीय रूप से उपयोगी होती थी। कुछ नर्सों ने प्रसवपूर्व जांच के दौरान गर्भ में पल रहे शिशुओं से टेलीपैथिक संचार की भी सूचना दी है। इन संचारों से महत्वपूर्ण और पहले से अज्ञात जानकारियाँ सामने आईं।
मातृ घरेलू हिंसा, उच्च तनाव या दुर्व्यवहार के इतिहास जैसे अज्ञात विवरण। (3)
जन्म के दौरान की याददाश्त का एक दस्तावेजी उदाहरण डेविड चेम्बरलेन, पीएचडी द्वारा लिखित पुस्तक "बेबीज़ रिमेंबर बर्थ" में मिलता है, जिसमें उन्होंने कहा है: "साढ़े तीन साल के जेसन ने अपनी माँ को यह कहकर चौंका दिया कि उसे अपना जन्म याद है, और उसने अपनी माँ के रोने की आवाज़ सुनी थी।"

और वह बाहर निकलने के लिए हर संभव कोशिश कर रहा था। उसे घुटन महसूस हो रही थी, गीलापन सा लग रहा था, और गर्दन व गले के आसपास कुछ महसूस हो रहा था। इसके अलावा, उसके सिर में दर्द हो रहा था और उसे याद था कि उसके चेहरे पर खरोंचें आई थीं। जेसन की मां ने कहा कि उन्होंने उससे कभी जन्म के बारे में बात नहीं की थी, कभी नहीं, लेकिन तथ्य सही थे। गर्भनाल उसकी गर्दन के चारों ओर लिपटी हुई थी, उसके सिर पर इलेक्ट्रोड लगाकर उसकी निगरानी की जा रही थी, और उसे चिमटी से बाहर निकाला गया था।
डॉ. चैंबरलेन ने उन दस माताओं और उनके बच्चों को सम्मोहन विधि से प्रतिगमन कराया, जिन्हें उनके जन्म के बारे में कोई भी जानकारी नहीं दी गई थी। उन्होंने निष्कर्ष निकाला कि उनकी रिपोर्टें उल्लेखनीय रूप से सुसंगत थीं और "विभिन्न बिंदुओं पर इस तरह मेल खाती थीं जैसे एक ही कहानी को दो दृष्टिकोणों से बताया जा रहा हो।" सत्यापित विवरणों में उपयोग किए गए उपकरण, उपस्थित लोग, दिन का समय और प्रसव की अन्य विशिष्टताएं शामिल थीं। माताओं और बच्चों के इन स्वतंत्र साक्षात्कारों के दौरान विभिन्न घटनाओं के समय की भी सटीक जानकारी दी गई थी। चैंबरलेन ने कहा।
कि, सभी तथ्यों पर विचार करते हुए, “वस्तुनिष्ठ रूप से एकत्रित जन्म स्मृतियाँ अनुभव की वास्तविक स्मृतियाँ प्रतीत होती हैं।” (4)
रेव. जेरी बोंगार्ड, जो 'द नियर बर्थ एक्सपीरियंस' पुस्तक के लेखक हैं, एक लूथरन पादरी और परामर्शदाता हैं जिन्हें तीस से अधिक वर्षों का अनुभव है।

अपने ग्राहकों को सम्मोहित करने के दौरान, उन्होंने पाया कि वे गर्भ में और गर्भ से पहले की यादों को आसानी से याद कर लेते हैं, अर्थात् भ्रूण में शामिल होने से पहले की उन अवस्थाओं की यादें जिनमें शरीर नहीं था। बोंगार्ड का मानना है कि जन्म से पहले की यादों के चिकित्सीय लाभों से पूर्व-अस्तित्व की अवधारणा को बल मिलता है, खासकर वियतनाम युद्ध के दिग्गजों में पोस्ट-ट्रॉमेटिक स्ट्रेस सिंड्रोम जैसे कठिन मामलों में। ये अनुभव ग्राहकों को स्वयं को शाश्वत प्राणी के रूप में देखने में सक्षम बनाते हैं, जिससे भावनात्मक और शारीरिक घावों को भरने में सहायता मिलती है। (5)
प्रसवकालीन अनुसंधान के संबंध में, बियॉन्ड द ब्रेन के लेखक, डॉ. स्टेन ग्रोफ ने कहा, "मैं इसकी सटीकता की पुष्टि करने में सक्षम रहा हूँ।"
ऐसी कई रिपोर्टों में… [विषयों] ने भ्रूण की स्थिति की विशिष्टताओं और असामान्यताओं, प्रसव की विस्तृत यांत्रिकी, प्रसूति संबंधी हस्तक्षेपों की प्रकृति और प्रसवोत्तर देखभाल की बारीकियों को पहचानने में सक्षम रहे हैं। ब्रीच पोजीशन, प्लेसेंटा प्रीविया, गर्दन के चारों ओर लिपटी गर्भनाल, जन्म प्रक्रिया के दौरान अरंडी का तेल लगाना, फोरसेप्स का उपयोग, विभिन्न प्रकार के मैनुअल पैंतरेबाज़ी, विभिन्न प्रकार के एनेस्थीसिया और विशिष्ट पुनर्जीवन प्रक्रियाएं देखी गई घटनाओं के कुछ उदाहरण मात्र हैं।” (6)

"द माइंड ऑफ योर न्यूबॉर्न बेबी" में चैंबरलेन ने एक बच्ची की कहानी साझा की है, जिसने अपने जन्म के दौरान और बाद की घटनाओं का दिलचस्प विस्तार से वर्णन किया है। देबोरा ने जन्म के तुरंत बाद की यादों को साझा करते हुए कुछ ऐसी बातें बताईं जिनसे एक पूर्व-अस्तित्व वाली आत्मा का आभास होता था। उसकी सबसे मजबूत धारणा यह थी कि वह एक बुद्धिमान दिमाग वाली और बहुत कुछ जानने वाली बच्ची है। वह यह नहीं समझ पा रही थी कि जन्म के समय मौजूद परिचारिकाएँ केवल उसकी शारीरिक ज़रूरतों पर ही क्यों ध्यान केंद्रित कर रही थीं और ऐसा व्यवहार कर रही थीं मानो बस यही सब कुछ हो।

उसके लिए। देबोरा को इस बात से निराशा हुई कि वह अपनी भावनाओं को व्यक्त नहीं कर पा रही थी और रोना ही एकमात्र ऐसी आवाज़ थी जो वह निकाल सकती थी। (7)
चैंबरलेन टिप्पणी करते हैं, "चेतना के भौतिक रूप से पारलौकिक स्वरूप का समर्थन करने वाले साक्ष्य... यह सुझाव देते हैं कि जागरूकता का एक अलग पारलौकिक स्रोत भ्रूण चेतना के साथ सह-अस्तित्व में है... प्रकाशित प्रतिगमन प्रतिलेखों की गहन जांच से जागरूकता की दो आंतरायिक धाराओं के प्रमाण मिलते हैं, एक गर्भ में स्थित दृष्टिकोण को ग्रहण करती है, दूसरी शिशु के शरीर के बाहर स्थित होती है..."
चैंबरलेन के शोध में शामिल बच्चों ने नवजात शिशु को दो दृष्टिकोणों से देखने की बात कही: एक बच्चे के रूप में और एक कमरे के बाहर के प्रेक्षक के रूप में। उन्होंने इस दोहरी जागरूकता के बारे में भ्रम व्यक्त किया और आश्चर्य जताया कि वे खिड़की के दोनों ओर कैसे हो सकते हैं। (8)
डेविड बी. चीक, एम.डी. द्वारा लिखित एक जर्नल लेख में, सम्मोहन की अवस्था में एक छोटी बच्ची ने गर्भपात के प्रयास का वर्णन किया, जो उसके छह महीने के गर्भकाल में हुआ था। बच्ची को इस प्रयास के बारे में नहीं बताया गया था और सत्र के बाद माँ से इसकी पुष्टि की गई। “[बच्ची]: यह मेरे जन्म से पहले की बात है। मेरे पिता चिल्ला रहे थे, ‘मैं तुम्हें मार डालूँगा।’ (कुछ सेकंड बाद, बच्ची चीखने लगी।)
उसने अपने पैरों को अपनी छाती तक खींच लिया, मानो किसी बहुत डरावनी चीज़ से भागने की कोशिश कर रही हो।)… मैंने देखा कि वह बटन हुक मेरी ओर आ रहा है। मुझे पता था कि मेरी माँ मुझे बाहर निकालने की कोशिश कर रही है। [चिकित्सक]: फिर क्या हुआ? [विषय]: कुछ नहीं हुआ—बस थोड़ा सा खून निकला। (9)
विस्तृत दृश्य विवरण, जिनकी बाद में सटीकता की पुष्टि हुई, शरीर से बाहर के ऐसे दृष्टिकोण को दर्शाते हैं जो एनडीई (निकट मृत्यु अनुभव) के दौरान बताए गए दृष्टिकोण के समान है। गर्भ के भीतर भ्रूण की आंखें बंद होने की बात ध्यान में रखते हुए, ये दृश्य अनुभव और भी अधिक प्रभावशाली हो जाते हैं। डॉ. चैंबरलेन ने लोरेटा के मामले का वर्णन किया, जो गर्भावस्था के तीसरे तिमाही में गर्भ में थी और उसने एक नाव के डेक पर अपने माता-पिता को महसूस किया था।

पर्यटन नौका पर सवार माँ को समुद्री बीमारी महसूस हुई और उन्होंने रेलिंग पकड़कर और एक द्वीप को देखकर खुद को संभालने की कोशिश की। पिता को उनकी चिंता थी और वे जानना चाहते थे कि वह ठीक हैं या नहीं। लोरेटा के जन्म के बाद माता-पिता ने उन्हें इस घटना के बारे में कभी नहीं बताया, फिर भी उन्होंने अपनी सैर के कई विवरणों का सटीक वर्णन किया। (10)
इस विषय पर एक अन्य स्रोत सारा हिंज़े की पुस्तक "कमिंग फ्रॉम द लाइट: स्पिरिचुअल अकाउंट्स ऑफ लाइफ बिफोर लाइफ" है। इसमें उन्होंने उन माता- पिता की तीस से अधिक व्यक्तिगत कहानियाँ प्रस्तुत की हैं जिन्होंने गर्भधारण से पहले और गर्भावस्था के दौरान अपने बच्चों के साथ अपने संबंधों का वर्णन किया है।
दिलचस्प बात यह है कि ये प्रसवपूर्व संचार गोद लेने वाले माता-पिता के बीच गोद लेने से पहले की अवधि के दौरान भी हुए। (11) यह बताता है कि माता-पिता और बच्चे के बीच गहरा संबंध मौजूद हो सकता है, चाहे जैविक जन्म से हो या अन्य तरीकों से।
प्रसवकालीन अनुसंधान के बारे में अब तक क्या निष्कर्ष निकले हैं? डॉ. वेड ने कहा: “जब प्रतिगामी अवस्था से गुज़रे विषय गर्भ में घटी घटनाओं की सटीक, विस्तृत दृश्य छाप देने में सक्षम होते हैं—जैसा कि तीसरे पक्ष द्वारा स्वतंत्र रूप से सत्यापित किया गया है—तो इससे यह निष्कर्ष निकाला जा सकता है कि
इसमें कोई संदेह नहीं है कि चेतना का कोई अतिरिक्त-तंत्रिका संबंधी, अतिरिक्त-संवेदी रूप मौजूद है।" (12)
मानव जन्म से पहले चेतना की पुष्टि योग्य रिपोर्टों पर उपलब्ध सभी शोधों का अध्ययन करने के बाद, डॉ. वेड निम्नलिखित निष्कर्षों पर पहुंचे:
◆ मस्तिष्क की गतिविधि बढ़ने के साथ-साथ पारलौकिक स्रोत के प्रति जागरूकता कम हो जाती है, संभवतः बाएं गोलार्ध के बढ़े हुए कार्य द्वारा हस्तक्षेप या छिपाव के कारण।
◆ चेतना के पारलौकिक स्रोत (टीएससी) तक अधिक पहुंच कुछ लोगों द्वारा स्वाभाविक रूप से प्राप्त की जाती है और उन्नत ध्यान, एनडीई या प्रकाश के साथ अन्य मुठभेड़ों, स्पष्ट स्वप्न और अन्य अनुशासनों द्वारा इसमें सहायता मिल सकती है।

◆ टीएससी और मस्तिष्क-आधारित चेतना का सामंजस्य भौतिक और गैर-भौतिक दोनों वास्तविकताओं का अधिक व्यापक और शांतिपूर्ण अनुभव प्रदान करता है।
◆ टीएससी भौतिक मृत्यु के बाद भी जीवित रहता है, लेकिन भौतिक अस्तित्व से अत्यधिक लगाव और चेतना के दो स्रोतों के बीच तनाव के कारण अतिरिक्त जीवन अनुभवों की आवश्यकता हो सकती है।
◆ एकता की चेतना के स्तर से, पारलौकिक और मस्तिष्क-आधारित चेतना की धाराएँ एक इकाई के रूप में कार्य करती हैं। अलगाव या जीवन के अंत के कोई भी संकेत भ्रामक हैं।

निष्कर्ष और कार्रवाई के चरण
प्रसवकालीन शोध से यह अतिरिक्त प्रमाण मिलता है कि जागरूकता प्राथमिक है। यह आंकड़े आगे यह भी दर्शाते हैं कि चेतना का पारलौकिक स्रोत मस्तिष्क से स्वतंत्र रूप से कार्य करता है। इन निष्कर्षों के निहितार्थ व्यक्तिगत और वैश्विक स्तर पर जीवन को बदलने वाले हैं।
इस श्रेणी के लिए विचारणीय कार्रवाई चरणों में निम्नलिखित शामिल हैं:

∞ अपने माता-पिता से पूछें कि क्या आपने या आपके भाई-बहनों ने कोई ऐसी रोचक टिप्पणी की थी जो प्रसवकालीन यादों को प्रतिबिंबित कर सकती थी।

∞ बच्चों से पूछें कि क्या उन्हें अपने जन्म से पहले की कोई बात याद है, और फिर ध्यान से सुनें।

∞ चर्चा किए गए दोहरी चेतना (टीएससी और बीबीसी) मॉडल पर विचार करें और आप दोनों पर बेहतर ध्यान कैसे दे सकते हैं।

∞ जन्म से पहले, जन्म के दौरान और जन्म के बाद आने वाली आत्मा और विकसित हो रहे शिशु की जरूरतों के

प्रति संवेदनशील रहने के लिए दूसरों को प्रोत्साहित करें।

लाभ

अपने शरीर के प्रति अधिक सम्मान और देखभाल— जो आपकी आत्मा का मंदिर है

थाईलैंड की एक प्यारी मरीज़ से मेरी बातचीत चल रही थी। अंग्रेज़ी पर उनकी पकड़ सीमित थी और मुझे थाई भाषा बिल्कुल नहीं आती थी। जब मैंने उनसे पूछा कि 'हैलो' कैसे कहते हैं, तो उन्होंने एक ऐसा शब्द बोला जो 'सवात्दी' जैसा लगता था। बोलते समय उन्होंने सहज ही अपने हाथ जोड़ लिए और थोड़ा झुक गईं।

इससे मुझे भारत में इस्तेमाल होने वाले पारंपरिक अभिवादन "नमस्ते" की याद आ गई, जिसका अर्थ है 'मैं आपके भीतर के प्रकाश का सम्मान करता हूँ, मैं हममें से प्रत्येक के भीतर उस स्थान को पहचानता हूँ जहाँ हम एक हैं।' मैंने उनसे पूछा कि क्या 'सवात्दी' शब्द का अर्थ 'नमस्ते' के अलावा कुछ और भी है। वह एक पल के लिए रुकीं, सही शब्द खोजने की कोशिश करती रहीं और फिर धीरे से

बोलीं, "मुझे बुद्ध दिखाई देते हैं।" उनके शब्दों और व्यवहार में व्याप्त श्रद्धा ने मुझे अत्यंत प्रभावित किया।
उनके शब्दों ने मुझे संत पौलुस के 1 कुरिन्थियों 3:16 में दिए गए कथन की याद दिला दी, “क्या तुम नहीं जानते कि तुम परमेश्वर का मंदिर हो, और परमेश्वर की आत्मा तुम में वास करती है?”
आपके भीतर और आपके आस-पास तथा हर किसी के भीतर जीवन अनंत रूप से घटित होता रहता है। आप बुद्ध और अन्य महान गुरुओं की तरह एक अद्वितीय और महत्वपूर्ण व्यक्ति हैं।
लेकिन जब आप बीमार, थके हुए, उदास या दर्द में हों, तो इसे याद रखना और प्रदर्शित करना मुश्किल होता है। अपनी आत्मा रूपी शरीर की देखभाल करना, अपनी पहचान को याद रखने और उसके अनुसार जीने का एक अभिन्न अंग है। मृत्यु के निकट अनुभव के बाद, लोगों में अक्सर अपने अद्भुत शरीर के प्रति एक नया सम्मान जागृत होता है। वे इसकी देखभाल करने लगते हैं और इसे एक पवित्र रचना की तरह मानते हैं।
अपने शाश्वत स्वरूप को गहराई से महसूस करने का भी यही प्रभाव होता है। जब आप वास्तव में जान लेते हैं कि आप शाश्वत चेतना हैं।
जब आप आत्मिक ऊर्जा और प्रकाश से परिपूर्ण होते हैं, तो आप अपने वर्तमान शरीर को अधिक महत्व देते हैं। साथ ही, अपने आप को गहराई से जानने से आपको भौतिकता की क्षणभंगुरता को स्वीकार करने में मदद मिलती है, जिससे आप बाहरी सुंदरता और युवावस्था के प्रति अत्यधिक आसक्त नहीं होते।
"चमकदार स्वास्थ्य" शब्द इस बात को मान्यता देता है कि आप हमेशा सर्वश्रेष्ठ दिख सकते हैं, महसूस कर सकते हैं और बन सकते हैं। स्वास्थ्य एक सापेक्षिक मामला है; बस अपनी स्थिति के अनुसार सर्वोत्तम प्रयास करें। अपने आप को यथासंभव युवा, ऊर्जावान और मजबूत बनाए रखें, लेकिन यह समझें कि उम्र बढ़ना, बीमारी या
चोट लगने से हालात बदल सकते हैं। क्रिस्टोफर रीव एक बेहतरीन उदाहरण थे जिन्होंने शारीरिक समस्याओं की एक विस्तृत श्रृंखला के बावजूद अपना सर्वोत्तम ख्याल रखा।

स्वस्थ और तंदुरुस्त रहने के सात प्रमुख उपाय इस प्रकार हैं:

1. आराम: पर्याप्त नींद, विश्राम और मनोरंजन संबंधी गतिविधियाँ
2. गतिविधि: स्ट्रेचिंग, कार्डियोवस्कुलर ट्रेनिंग, रेजिस्टेंस ट्रेनिंग और एक सक्रिय जीवनशैली
3. आहार: ताज़ा, स्वस्थ रूप से उगाए गए, बिना प्रसंस्कृत, रसायन मुक्त, आनुवंशिक रूप से संशोधित न किए गए और विकिरण मुक्त खाद्य पदार्थ खाना; भरपूर मात्रा में शुद्ध पानी पीना; स्वास्थ्य और तंदुरुस्ती के लिए उत्कृष्ट संपूर्ण खाद्य पूरक आहार लेना।
4. आंतरिक शुद्धि: मल त्याग, पेशाब, पसीना और गहरी सांस लेने के माध्यम से शरीर के अपशिष्ट पदार्थों को नियमित रूप से बाहर निकालना; डिटॉक्सिफिकेशन के लिए सौना, गर्म स्नान और शुद्धिकरण कार्यक्रम; सिगरेट, ड्रग्स और अत्यधिक शराब से परहेज करना।
5. जागरूकता: प्रेमपूर्ण संबंध; सार्थक जीवन कार्य; सकारात्मक दृष्टिकोण; ध्यान, प्रकृति में समय बिताना, श्वास व्यायाम, योग और मस्तिष्क को शांत करने के अन्य तरीके ताकि आपका शरीर और चेतना सामंजस्यपूर्ण ढंग से एक साथ काम कर सकें।
6. प्राकृतिक स्वास्थ्य देखभाल: विशिष्ट कायरोप्रैक्टिक समायोजन, कपाल समायोजन, एक्यूपंक्चर, मालिश चिकित्सा, सम्मोहन चिकित्सा, रिफ्लेक्सोलॉजी और ऊर्जा कार्य; पोषण-आधारित उपचार विधियाँ जिनमें स्टैंडर्ड प्रोसेस और मेडिहर्ब या इसी तरह के संपूर्ण खाद्य और हर्बल सप्लीमेंट का उपयोग किया जाता है ताकि आपके शरीर को शारीरिक और मानसिक लक्षणों के मूल कारणों को ठीक करने में मदद मिल सके।
7. पारलौकिकता: प्रार्थना, ध्यान, अध्ययन, उपासना, सहायता समूहों और एकाग्रता अभ्यासों के माध्यम से अपने अनंत स्वरूप के बारे में अधिक ज्ञान प्राप्त करें।

मेरी पुस्तक 'रेडिएंट वेलनेस', जो SoulProof.com पर उपलब्ध है, संपूर्ण स्वास्थ्य के लिए उपयोगी जानकारी और रणनीतियाँ साझा करती है। समय के साथ निरंतर उपयोग किए जाने पर ये सिद्ध विधियाँ आपको उस गौरवशाली जीवन स्तर तक पहुँचा सकती हैं जिसके आप हकदार हैं।

एक समग्र स्वास्थ्य देखभाल टीम का गठन करें क्योंकि कोई भी एक चिकित्सक सभी पहलुओं को कवर नहीं कर सकता। शारीरिक लक्षणों का समाधान जरूरी नहीं कि शारीरिक उपचार ही हो। शारीरिक असंतुलन मानसिक और आध्यात्मिक असंतुलन का कारण बन सकते हैं, या उनसे प्रभावित हो सकते हैं। उदाहरण के लिए, आप अवसादग्रस्त या अलग-थलग महसूस कर सकते हैं।

खनिज या अन्य पोषक तत्वों की कमी के कारण। अस्तित्व संबंधी बेचैनी आपके अवसाद में योगदान दे सकती है। सही आहार, संपूर्ण खाद्य पूरक आहार और उचित आत्म-देखभाल से मेरे जीवन की गुणवत्ता शारीरिक, भावनात्मक और आध्यात्मिक रूप से बहुत बेहतर हो गई।
किसी भी बात से कुछ भी हो सकता है।
ज़्यादातर समय स्वस्थ जीवनशैली के सिद्धांतों का पालन करें, लेकिन कभी- कभी अपनी दिनचर्या से थोड़ा ब्रेक भी लें। एक ऐसी स्वस्थ जीवनशैली अपनाएँ जो आपको आज और आने वाले वर्षों में भी जीवंत और ऊर्जावान महसूस कराए।
स्वस्थ जीवन जीना—एक ऐसी कला जिसमें कुछ ही लोग निपुण हो पाते हैं—आत्मा के मंदिर की देखभाल का एक हिस्सा है।
कई साल पहले, कई व्यक्तिगत चुनौतियों ने मेरी सहनशक्ति की परीक्षा ली थी। टूटे रिश्तों, आर्थिक नुकसान और अधूरे सपनों के बाद मुझे बहुत दुख, अकेलापन और निराशा का सामना करना पड़ा। मैं इन परिस्थितियों को दोष दे सकता था और जीवन भर दुखी और निराश रहने को उचित ठहरा सकता था।
हालांकि, मैंने पाया कि मेरी धार्मिक/आध्यात्मिक नींव और समग्र स्वास्थ्य संबंधी पद्धतियाँ उन कठिन परीक्षाओं के तूफ़ान में भी मज़बूती से टिकी रहीं। निराशा भरे विचारों के बीच, समय-समय पर यह सवाल उठता था, "एक जागृत व्यक्ति इन कठिनाइयों का सामना कैसे करेगा?" इससे मुझे याद आया कि मैं एक अस्थायी अंधकारमय दौर से गुज़र रहा हूँ और मुझे प्रकाश की ओर देखना चाहिए। कहावत है, 'दो आदमी जेल की सलाखों से देख रहे थे: एक को कीचड़ दिखाई दिया, दूसरे को तारे।'
समय के साथ, मैं उन कठिन संघर्षों को अपने उच्च ऊर्जा सहायकों और स्रोत, प्रिय परिवार और मित्रों, और अपने अंतर्मन के साथ एक गहरे संबंध में परिवर्तित करने में सक्षम हुई। मेरे भीतर उन अनेक लोगों के प्रति करुणा और सहानुभूति बढ़ी, जिनके दुखों के सामने मेरा दुख तुच्छ लगने लगा। दूसरों की

सेवा में अपने दर्द और उदासी को परिवर्तित करने से मेरी गहरी अनुभूति, प्रेम और देखभाल करने की क्षमता और भी प्रबल हो गई। मुझे यह अहसास हुआ कि प्रत्येक दिन शांति, आनंद, प्रेम, कृतज्ञता और उत्साह को चुनने का एक नया अवसर प्रदान करता है।
कठिन समय के बावजूद या, अधिक सटीक रूप से कहें तो, कठिन समय के कारण ही सफल होने के तरीके हर व्यक्ति के लिए अलग-अलग होते हैं। जिन अभ्यासों ने मेरी मदद की, वे थे: प्रार्थना, ध्यान, योग, व्यायाम, अतिरिक्त आराम, मित्र और परिवार, पौष्टिक आहार और संपूर्ण खाद्य पूरक आहार, शरीर की देखभाल।
और ऊर्जा संबंधी कार्य (कायरोप्रैक्टिक समायोजन, एक्यूपंक्चर, मालिश,

रिफ्लेक्सोलॉजी, दर्द से बचने के बजाय उसे स्वीकार करना, सांस लेने का व्यायाम और एक समय में एक दिन जीना।
मैं अब फिर से शिखर पर पहुँच गया हूँ, पहले से कहीं अधिक मजबूत और समर्पित होकर दूसरों को उनकी अद्भुत क्षमता को पहचानने और प्रदर्शित करने में मदद करने के लिए। उन चुनौतियों का डटकर सामना करने से मेरे आत्म-बल में और भी गहराई आई है। और इसी वजह से, मेरे आस-पास चाहे जो भी परिस्थितियाँ हों, मैं और भी अधिक चमकने लगा हूँ।
इस दुनिया में जीवन कठिन और पीड़ादायक हो सकता है, इसमें कोई संदेह नहीं। लेकिन अच्छे प्रमाण बताते हैं कि आपने जानबूझकर या अनजाने में कुछ घटनाओं को चुना है। यह भी स्पष्ट है कि आप जीवन को शान से जीने और उसका आनंद लेने की क्षमता रखते हैं।
आप एक शाश्वत और अविनाशी आत्मा हैं जो अभी और हमेशा के लिए, सर्वथा अस्तित्व का अभिन्न अंग हैं। उचित आत्म-देखभाल आपकी मदद कर सकती है। आपको नमस्ते जैसे शब्दों का प्रयोग करने की बुद्धिमत्ता को याद रखना चाहिए और
sawatdee जो आपकी उच्च क्षमता और पवित्र प्रकृति को दर्शाते हैं।

चक्रीय जीवन अनुभवों के प्रमाण

चार प्रमुख व्यक्तियों का मानना था कि पुनर्जन्म एक स्वाभाविक सिद्धांत है। उनका कहना था कि यह जीवन के कई रहस्यों को स्पष्ट करता है। ऐसा प्रतीत होता था कि यह एक सार्वभौमिक योजना का हिस्सा है जो एक जीवन से दूसरे जीवन में ऊर्जा और ज्ञान को संरक्षित रखती है। उनका मानना था कि निरंतर, लेकिन समय-समय पर बदलते रहने वाले जीवन आत्मा के विकास में सहायक होते हैं और इस विचार को वे मार्गदर्शक मानते थे।
अमेरिकी इतिहास में इन व्यक्तियों को बहुत सम्मान प्राप्त है, लेकिन शायद आप उनके विचारों से परिचित न हों। वे कौन थे? बेंजामिन फ्रैंकलिन, हेनरी फोर्ड, थॉमस एडिसन और जनरल जॉर्ज पैटन।
पुनर्जन्म उस सिद्धांत का एक रूपक है जिसके अनुसार आप अनंत काल तक एक नहीं बल्कि अनगिनत अनुभवों का भोग कर सकते हैं। हालांकि यह अवधारणा कुछ लोगों को विचित्र या अपरिचित लग सकती है, लेकिन यह उन अनेक प्रश्नों का उत्तर देती है जिनके बारे में हर उम्र के लोग सोचते रहे हैं।
जब मैं दस साल का था, मैं चर्च में बैठा था और उसकी रंगीन कांच की खिड़कियों से देख रहा था जब पादरी स्वर्ग के बारे में अपनी समझ बता रहे थे। उन्होंने कहा, "एक दिन हम सब स्वर्ग में होंगे।"

"सुनहरी सड़कों पर चलना और हमेशा के लिए सुनहरी वीणा बजाना।" उस छोटी उम्र में भी, मैंने सोचा: "क्या कुछ समय बाद यह उबाऊ नहीं हो जाएगा?"
एक पल के लिए सोचिए। आप कितनी देर तक वीणा बजा सकते हैं—भले ही वह सोने की ही क्यों न हो—इससे पहले कि आप उसे बजाना बंद करना चाहें।
एक अलग वाद्य यंत्र: पियानो, गिटार—या फिर अकॉर्डियन? विविधता और बदलाव जीवन को अधिक रोचक और सार्थक बनाते हैं।

अनंत काल तक चलने वाले लेकिन समय-समय पर बदलते रहने वाले अनुभवों का एक मॉडल कई सवालों के जवाब देता है।
एक बार किसी शब्द का अर्थ अच्छी तरह से स्थापित हो जाने पर, उसे बदलना मुश्किल या असंभव हो जाता है। उदाहरण के लिए, मैं ईश्वर और आत्मा के लिए वैकल्पिक शब्दों का उपयोग करता हूँ क्योंकि इन शब्दों के अक्सर सीमित या गलत अर्थ होते हैं। कई कारणों से, पुनर्जन्म शब्द के साथ भी यही चुनौती मौजूद है:
1. कुछ लोग गलती से इस शब्द को तंत्र-मंत्र या पंथों से जोड़ देते हैं। इस प्रकार, यह शब्द रूढ़िवादी धार्मिक मान्यताओं वाले गलत जानकारी रखने वाले व्यक्तियों को नकारात्मक रूप से प्रभावित कर सकता है।
2. इस शब्द से जुड़ी द्वैतवादी अवधारणाओं का तात्पर्य अलग-अलग स्थानों पर अलग-अलग लोगों द्वारा वास्तविकता का अनुभव करना है।
3. यह शब्द एक समय में केवल एक ही जीवन अनुभव होने की भावना को व्यक्त करता है।

इसके विपरीत, सामूहिक साक्ष्य इंगित करते हैं:
1. एक से अधिक जीवनकाल की अवधारणा को समय के साथ-साथ कई धर्मों और संस्कृतियों द्वारा स्वीकार किया गया है और अभी भी स्वीकार किया जाता है।
2. जीवन का विकास आभासी वास्तविकता की घटनाओं की एक श्रृंखला की तरह है जिसे आपका शाश्वत स्वरूप अनुभव करना चुनता है। इस दृष्टिकोण से, जीवन सपनों या विचारों की एक श्रृंखला के समान है।
3. आपकी आत्मा की ऊर्जा का एक हिस्सा आपके वर्तमान भौतिक शरीर को ऊर्जा प्रदान कर रहा है। दूसरा हिस्सा समानांतर वास्तविकताओं का अनुभव कर सकता

है जो सीमित मानवीय दृष्टिकोण से साकार या निराकार प्रतीत हो सकती हैं। साथ ही, आपका सार वास्तव में कभी भी अपने घर/एकता से विमुख नहीं हुआ। इसलिए, मैं 'चक्रीय जीवन अनुभव' शब्द का प्रयोग 'समग्र अस्तित्व' की असीमित और कभी न खत्म होने वाली संभावनाओं का वर्णन करने के लिए करूंगा। इसके अलावा, मैं चक्रीय जीवन अनुभवों के लिए 'सीएलई' संक्षिप्त रूप का उपयोग करने की सलाह देता हूं, ठीक उसी तरह जैसे 'एनडीई' का प्रयोग निकट-मृत्यु अनुभवों के लिए और 'एडीसी' का प्रयोग मृत्यु के बाद के संचार के लिए किया जाता है।
सीएलई के साक्ष्यों की जांच करने से पहले, आइए जीवन की प्रकृति के बारे में तीन सामान्य मॉडलों की जांच करें।
मॉडल ए: यदि आप पश्चिमी संस्कृति के कई लोगों की तरह हैं, तो आपको सिखाया गया होगा कि आपका जीवन पृथ्वी पर जन्म तिथि से शुरू होता है। आपका सांसारिक जीवन कुछ मिनटों से लेकर कई वर्षों तक चल सकता है और फिर आपकी मृत्यु हो जाती है। उसके बाद, आप लंबे समय तक जमीन में सोते रहते हैं।

उस न्याय के दिन तक का समय जब आपको या तो शाश्वत स्वर्गीय आनंद या भयंकर यातना में डाल दिया जाएगा।
इस मॉडल में, आपका वह छोटा सा जीवनकाल ही आपका भाग्य हमेशा के लिए तय कर देता है। इससे कोई फर्क नहीं पड़ता कि आपका यौन शोषण हुआ, आपका पालन-पोषण शराबियों ने किया, आप नास्तिक परिवार से प्रभावित हुए, आप नशेड़ी परिवार में पैदा हुए, आप मानसिक बीमारी से जूझते रहे, या...
यह एक विक्षिप्त मनुष्य के लिए भी काफी विचित्र मॉडल है, सबसे बुद्धिमान और प्रेमपूर्ण शक्ति और बुद्धि के लिए तो और भी ज्यादा। यह मॉडल मुझे मेरे बचपन में समझ नहीं आया था और अब तो और भी अजीब लगता है। यह मॉडल वास्तविकता की एक बालवाड़ी समझ जैसा है।
मॉडल बी: अनंत काल तक निरंतर विकास की अवधारणा वास्तविकता का अधिक व्यापक वर्णन है। यह मॉडल सभी प्राणियों के अंतिम विकास की अनुमति देता है, क्योंकि सीखने और विकसित होने के लिए आपके पास एक से अधिक सांसारिक अवतार होते हैं।
यह मॉडल, मॉडल A की पारंपरिक शिक्षाओं से कहीं बेहतर है। इस उदाहरण को आगे बढ़ाते हुए, मॉडल B वास्तविकता के बारे में हाई स्कूल स्तर के दृष्टिकोण

जैसा है। हालांकि, यह मॉडल केवल सापेक्षिक रूप से ही सत्य प्रतीत होता है क्योंकि इसमें द्वैतवाद और उससे जुड़ी सभी बातें निहित हैं।
फिल्म 'रनिंग फ्रॉम सेफ्टी' में रिचर्ड बाख के किरदार ने शायद इसे सबसे अच्छे तरीके से व्यक्त किया:
"क्या आप पुनर्जन्म में विश्वास करते हैं?"
“नहीं। पुनर्जन्म तो एक के बाद एक, क्रम से, इसी ग्रह पर कई जन्मों की एक श्रृंखला है, है ना? यह थोड़ा सीमित लगता है, कंधों पर थोड़ा जकड़ा हुआ सा लगता है।”
"आपके लिए क्या बेहतर रहेगा?"
"जीवन के अनुभवों की अनगिनत मान्यताएं हैं, कुछ शरीर में, कुछ शरीर रहित; कुछ ग्रहों पर, कुछ नहीं; ये सभी एक साथ घटित होती हैं क्योंकि समय जैसी कोई चीज नहीं है, और इनमें से कोई भी वास्तविक नहीं है क्योंकि केवल एक ही जीवन है।"
मॉडल सी: वास्तविकता के इस दृष्टिकोण में, आपका जीवन अनंत काल तक निरंतर और परस्पर जुड़े अनुभवों की एक श्रृंखला है। अलगाव का कोई भी आभास माउंट एवरेस्ट के प्रति आपकी गोल्फ बॉल जैसी धारणा का परिणाम है। जीवन मूल रूप से ऊर्जा का एक नृत्य है, क्योंकि सृजनात्मक मन स्वयं का विस्तार और विकास करता है। आपकी चेतना के पास सभी संभावनाओं के इस क्षेत्र का अनुभव करने के अनंत अवसर हैं।

इस मॉडल में, शारीरिक मृत्यु को लंबी नींद की शुरुआत के रूप में नहीं देखा जाता है। बल्कि, मृत्यु को शाश्वतता के वैभव के एक अन्य पहलू का द्वार माना जाता है। इसके अलावा, समय और स्थान को केवल सापेक्षिक रूप से ही वास्तविक समझा जाता है।
जो लोग इस वृहत्तर वास्तविकता को जान रहे हैं, उनके लिए मृत्यु एक सहज घटना की तरह अनुभव की जा सकती है। यह एक कमरे से दूसरे कमरे में जाने जैसा है। जन्म और मृत्यु को वे कोई बड़ी बात नहीं समझते, बल्कि एक अंतहीन यात्रा में मात्र अल्पविराम मानते हैं। तब आप ऊर्जा, चेतना और आत्मा के अनंत और शाश्वत स्वरूप के रूप में अपने उच्च स्वरूप को भलीभांति समझ और प्रदर्शित कर सकते हैं।
मॉडल सी वास्तविकता को समझने का एक स्नातक स्तर का तरीका है।

∞ ∞ ∞ ∞ ∞

आप किंडरगार्टन और हाई स्कूल स्तर की समझ से ऊपर उठकर स्नातकोत्तर स्तर का जीवन कैसे जी सकते हैं?
इस अध्याय में मौजूद साक्ष्यों की विशाल मात्रा को जानना एक तरीका है। सीमित धारणाओं से उत्पन्न भ्रमों को दूर करने में मदद करने के लिए एक आध्यात्मिक सहायता समूह का होना भी उतना ही महत्वपूर्ण है। अपनी आत्मा रूपी मंदिर की उचित देखभाल करने से आपको अपने विश्वदृष्टिकोण का विस्तार करने और व्यापक वास्तविकता के प्रति जागृति के साथ आने वाली उच्चतर ऊर्जा को संभालने में मदद मिलती है।
सीएलई के प्रमाण व्यापक और विविध हैं। प्रमाणों की श्रेणियों में धार्मिक और आध्यात्मिक इनपुट, दार्शनिक तर्क और नैदानिक प्रमाण शामिल हैं। तीसरी श्रेणी में शामिल हैं: पारंपरिक प्रमाण, उपचारात्मक प्रमाण, जन्मों के बीच समानताएं, पूर्व जन्म प्रतिगमन, पूर्व जन्म की यादें और डॉ. इयान स्टीवेन्सन का शोध।

धार्मिक और आध्यात्मिक इनपुट
कई धर्म और स्वदेशी ज्ञान स्रोत जीवनकाल के चक्रीय क्रम के बारे में सिखाते हैं। यह चिरस्थायी विश्वास सामने आया।
विश्वभर में हर महाद्वीप पर अरबों लोगों के बीच स्वतंत्र रूप से प्रचलित यह मान्यता हिंदू धर्म, बौद्ध धर्म और सूफीवाद (इस्लाम की एक रहस्यवादी शाखा) का एक प्रमुख सिद्धांत है। यह विश्वास कई यहूदी और ईसाई संप्रदायों में भी प्रचलित है। स्वदेशी आध्यात्मिकता जीवन की परिवर्तनशील लेकिन शाश्वत प्रकृति की शिक्षा देती है।

रब्बी ज़ालमन शैक्टर-शालोमी ने कहा, “रहस्यवादी यहूदी धर्म में, हम पुनर्जन्म में विश्वास करते हैं। इसे गिलगुल कहते हैं। हमारा मानना है कि हर बार जब हम जन्म लेते हैं, तो हम एक कदम आगे बढ़ते हैं। एक बार धरती पर आना मुझे अगले जन्म में सौंपे जाने वाले कार्य के लिए तैयार करता है। इस

जीवन में मैंने जो कुछ भी सीखा है, अगर मैं फिर से जन्म लेता हूँ, तो मैं वहीं से शुरू कर सकता हूँ जहाँ मैंने छोड़ा था—ध्यान रहे, उसी स्मृति के साथ नहीं, बल्कि उसी ज्ञान, ऊर्जा, गुण, स्पष्टता और ईश्वर से जुड़ाव के साथ जो मेरे पास था। फिर मैं अगले जन्म में और आगे बढ़कर अधिक योगदान दे सकता हूँ। अगर मैंने इस बार बहुत कुछ सीखा है, तो मुझे अगली बार सिखाने का मौका मिलेगा! अगर मैंने इस बार कुछ गलत किया है, तो मुझे उसे सुधारने का मौका मिल सकता है।” (1)
यहूदी इतिहासकार सिम्चा पॉल राफेल भी इस बात से सहमत हैं: “पुनर्जन्म गूढ़ यहूदी धर्म, जिसे कबालाह कहा जाता है, का मूल आधार है।” रहस्यवादी शिक्षाओं का संग्रह, जिसे ज़ोहर भी कहा जाता है, 'द बुक ऑफ स्प्लेंडर' कबालाह का प्रमुख ग्रंथ है। वे आगे कहते हैं, “द बुक ऑफ स्प्लेंडर मृत्यु और पुनर्जन्म के चक्र का वर्णन करता है, जिसे गिलगुल कहा जाता है, जिसका अर्थ 'चक्र' और 'रूपांतरण' दोनों है। यह सिखाता है कि प्रत्येक अवतार एक अनूठा मिशन है जिसमें सीखने योग्य पाठ शामिल हैं।”
आज्ञाओं का पालन किया जाना है, और कर्मों का निष्पादन किया जाना है ताकि पूर्व जन्मों में किए गए गलत कार्यों का प्रायश्चित हो सके।” (2)
हिंदू धर्मग्रंथ श्वेताश्वतर उपनिषद में कहा गया है: “यह विशाल ब्रह्मांड एक चक्र है। इस पर सभी प्राणी विद्यमान हैं जो मृत्यु और पुनर्जन्म के अधीन हैं। यह चक्र निरंतर घूमता रहता है और कभी नहीं रुकता। यह ब्रह्म का चक्र है। जब तक व्यक्ति स्वयं को ब्रह्म से भिन्न समझता है, तब तक वह इस चक्र पर घूमता रहता है। परन्तु जब ब्रह्म की कृपा से वह अपने आप को ब्रह्म के साथ जान लेता है, तब वह चक्र पर घूमना छोड़ देता है। वह अमरत्व प्राप्त कर लेता है।”
तिब्बती 'मृतकों की पुस्तक' में कहा गया है, "तेरी अपनी चेतना, प्रकाशमान, शून्य और प्रकाश के महान शरीर से अविभाज्य है।"
उसका न जन्म है, न मृत्यु, और वह अपरिवर्तनीय प्रकाश है—बुद्ध अमिताभ। (3) ईसाई धर्मशास्त्री डॉ. लेस्ली वेदरहेड ने कहा, “क्या ईसाई पुनर्जन्म में विश्वास कर सकते हैं? मुझे लगता है कि वे कर सकते हैं। कहने का तात्पर्य यह है कि मुझे इस सिद्धांत में ऐसा कुछ भी नहीं दिखता जो ईसाई मत के विपरीत हो। प्रभु के समय में, यह सभी की स्वीकृत मान्यताओं का हिस्सा था। वास्तव में, इसे ईसाई चर्च ने 553 ईस्वी तक स्वीकार किया था, जब कॉन्स्टेंटिनोपल

की परिषद ने बहुत कम बहुमत से इसे अस्वीकार कर दिया था। और, आखिरकार, पाँच सौ मिलियन बौद्ध और हिंदू पुनर्जन्म के विचार को स्वीकार करते हैं। इतने बड़े विचार को सिरे से खारिज करना

हमारे साथियों की इतनी बड़ी संख्या द्वारा, जिनमें कुछ बहुत बड़े संत और विद्वान भी शामिल हैं, इतनी दृढ़ता से धारण किया गया यह विचार मुझे एक ऐसा काम लगता है जिसे करने में संकोच करना चाहिए। (4)
पुनर्जन्म के पक्ष में लिखे अपने लेख में, यूनिटी स्कूल ऑफ क्रिश्चियनिटी के पादरी जेम्स डिलेट फ्रीमैन ने कहा है कि यह मानव जाति के सबसे पुराने और सर्वव्यापी विचारों में से एक है। उन्होंने इस विषय पर व्यापक रूप से लिखा और व्याख्यान दिए हैं, इस उम्मीद में कि अन्य लोग भी इससे लाभान्वित होंगे।
अक्सर अर्थहीन प्रतीत होने वाली दुनिया में अर्थ खोजना। रेव. फ्रीमैन ने बहु-जन्मों के मॉडल को ईसाई धर्म की महत्वपूर्ण शिक्षाओं के साथ पूरी तरह से संगत माना। (5)
जैसा कि 'मेनी लाइव्स, मेनी मास्टर्स' में वर्णित है, डॉ. ब्रायन वेइस ने कोलंबिया विश्वविद्यालय में तुलनात्मक धर्म के अध्ययन से बहुत कुछ सीखा। विश्वविद्यालय: “वास्तव में पुराने और नए नियम में पुनर्जन्म के संदर्भ मिलते हैं। 325 ईस्वी में रोमन सम्राट कॉन्स्टेंटाइन द ग्रेट ने अपनी माता हेलेना के साथ मिलकर नए नियम में मौजूद पुनर्जन्म के संदर्भों को हटा दिया था। 553 ईस्वी में हुई कॉन्स्टेंटिनोपल की दूसरी परिषद ने इस कार्रवाई की पुष्टि की और पुनर्जन्म की अवधारणा को विधर्म घोषित किया।” वेइस आगे कहते हैं, “जाहिर तौर पर, उनका मानना था कि यह अवधारणा मनुष्यों को मोक्ष प्राप्त करने के लिए बहुत अधिक समय देकर चर्च की बढ़ती शक्ति को कमजोर कर देगी। फिर भी मूल संदर्भ मौजूद थे; प्रारंभिक चर्च पिताओं ने पुनर्जन्म की अवधारणा को स्वीकार किया था। प्रारंभिक ग्नोस्टिक्स— अलेक्जेंड्रिया के क्लेमेंट, ओरिजन, सेंट जेरोम और कई अन्य—मानते थे कि वे पहले भी जी चुके हैं और फिर से जिएंगे।” (6)
बाइबल के कई अंशों से संकेत मिलता है कि एक से अधिक जन्मों की संभावना पर विचार किया गया था। उदाहरण के लिए, यूहन्ना 9:2 में, शिष्यों ने यीशु से पूछा: “हे प्रभु, किसने पाप किया, इस व्यक्ति ने या इसके माता-पिता ने, कि यह

जन्म से अंधा है?” जन्म से अंधा व्यक्ति, जो अपने पिछले पापों से सीखता है, उसने केवल पिछले जन्म में ही पाप किया होगा। शिष्यों ने यह प्रश्न क्यों पूछा होगा, जब तक कि वे पिछले जन्मों की संभावना से परिचित न हों? जीवन चक्र की समझ प्रकाशितवाक्य 3:12 के एक अन्य जटिल अंश को समझने में सहायक होती है: “जो जय पाएगा, उसे मैं अपने परमेश्वर के मंदिर में एक स्तंभ बनाऊँगा, और वह फिर कभी बाहर नहीं जाएगा।”
मत्ती 17:12-13 में यीशु के ये शब्द वर्णित हैं: “एलियाह तो आ चुका है, और लोग उसे पहचान नहीं पाए, परन्तु उसके साथ जो मन चाहा वही किया। इसी प्रकार मनुष्य का पुत्र भी उनके हाथों दुख भोगेगा।” तब शिष्यों ने समझा कि वह उनसे यूहन्ना के विषय में बात कर रहे हैं।

बपतिस्मादाता।” मत्ती 11:11-15 में यीशु के ये शब्द वर्णित हैं, “मैं तुमसे सच कहता हूँ, स्त्रियों से जन्मे लोगों में यूहन्ना बपतिस्मादाता से बड़ा कोई नहीं हुआ… और यदि तुम इसे स्वीकार करने को तैयार हो, तो वह आने वाला एलियाह है। जिसके कान सुनने के लिए हैं, वह सुने।”

दार्शनिक तर्क
पश्चिमी संस्कृतियों में, CLE जैसे विषयों पर आज भी कड़े प्रतिबंध मौजूद हैं। सामाजिक और धार्मिक रूप से अपूर्ण सत्य और असत्य बच्चों को सिखाए जाते हैं, क्योंकि वे मानते हैं कि सत्ता संरचनाएं निष्पक्ष सत्य सिखाती हैं। माता-पिता, शिक्षक और धर्मगुरु भले ही नेक इरादे रखते हों, लेकिन कई प्रमाण बताते हैं कि इस विषय पर खुलकर विचार करना उनके लिए बुद्धिमानी होगी।
जो लोग पुनर्जन्म में विश्वास करते हैं, वे उन सामाजिक प्रतिबंधों का विरोध कर रहे हैं जो यूरोप में धर्मयुद्ध और धर्मयुद्धों तथा अमेरिका में डायन-शिकार के बाद से विशेष रूप से तीव्र हो गए हैं। इसके बावजूद और पश्चिम में इस विषय पर शिक्षा की कमी के बावजूद, काफी संख्या में लोग इसमें विश्वास करते हैं। डॉ. रोजर वूलगर ने कहा, “उदाहरण के लिए, 1982 के गैलप सर्वेक्षण से पता चला कि लगभग चार में से एक अमेरिकी पुनर्जन्म में

विश्वास करता था, जबकि ब्रिटेन में, रूढ़िवादी संडे टेलीग्राफ द्वारा किए गए सर्वेक्षणों से पता चला कि आम जनता में इस पर विश्वास दस वर्षों में 18 से बढ़कर 28 प्रतिशत हो गया था।” (7) 2005 के गैलप सर्वेक्षण में भी ये संख्याएँ लगभग समान पाई गईं।
इतिहास भर में, महान दार्शनिकों, लेखकों और प्रसिद्ध व्यक्तियों के साथ-साथ विश्व की अधिकांश आबादी का मानना रहा है कि हमारे पास केवल एक नहीं, बल्कि अनेक जीवन हैं। इस मान्यता को मानने वाले प्रसिद्ध व्यक्तियों में प्लेटो, सुकरात, पाइथागोरस, प्लॉटिनस, ओरिजन, सेंट ऑगस्टीन, सिसरो, मार्कस ऑरेलियस, सेंट फ्रांसिस ऑफ असीसी, ह्यूम, कांट, हेगेल, शोपेनहावर, नीत्शे, विलियम जेम्स, हेनरी बर्गसन, गोएथे, ह्यूगो, सैंड, ब्लेक, वर्ड्सवर्थ, व्हिटमैन, शेली, किपलिंग, वोल्टेयर, टेनीसन, ब्राउनिंग, एल्कोट, एमर्सन, थोरो, पो, व्हिटमैन, वैगनर, लियोनार्डो दा विंची, बेन फ्रैंकलिन, लूथर बरबैंक, एडिसन, हेनरी फोर्ड, एडगर केसी और जॉर्ज पैटन शामिल हैं।

जीवन के चक्रीय अनुभवों के बारे में निम्नलिखित कथनों पर विचार करें:
◆ “मुझे पूरा यकीन है कि मैं इस स्थिति में पहले भी हज़ार बार यहाँ आ चुका हूँ, और मुझे उम्मीद है कि मैं हज़ार बार फिर लौटूँगा।”
– गोएथे
◆ “कोई ‘मृत्यु’ नहीं है, केवल संसार का परिवर्तन है।”
– ड्वामिश जनजाति के प्रमुख सिएटल
◆ “जहां तक मुझे याद है, मैं अनजाने में ही अस्तित्व की पिछली अवस्था के अनुभवों का जिक्र करता रहा हूं।”
– थोरो
◆ “पुनर्जन्म के सिद्धांत में विश्वास रखते हुए, मैं इस आशा में जीता हूँ कि यदि इस जन्म में नहीं, तो किसी अन्य जन्म में मैं समस्त मानवता को मैत्रीपूर्ण आलिंगन में गले लगा सकूँगा।”
– Mohandas D. Gandhi
◆ “मैं जानता हूँ कि मैं अमर हूँ। निःसंदेह मैं स्वयं दस हजार बार मर चुका हूँ। जिसे तुम विघटन कहते हो, उस पर मैं हँसता हूँ, और मैं समय की विशालता को जानता हूँ।”

- वॉल्ट व्हिटमैन
◆ “मेरा सिद्धांत यह है: ऐसे जियो कि तुम्हें फिर से जीने की इच्छा हो – यही तुम्हारा कर्तव्य है – क्योंकि किसी भी हालत में तुम्हें फिर से जीना ही है!”
– नीत्शे
◆ “एक बार जन्म लेने की तुलना में दो बार जन्म लेना अधिक आश्चर्यजनक नहीं है; प्रकृति में सब कुछ पुनरुत्थान है।”
– वोल्टेयर
◆ “यह मत भूलो कि मैं तुम्हारे पास वापस आऊंगा… थोड़ी देर के लिए, हवा में एक पल का विश्राम, और एक और स्त्री मुझे जन्म देगी।”
– खलील जिब्रान
◆ “यह संसार का रहस्य है कि सभी चीजें विद्यमान रहती हैं और ‘मरती’ नहीं हैं, बल्कि केवल कुछ समय के लिए दृष्टि से ओझल हो जाती हैं और फिर वापस लौट आती हैं।”
– राल्फ वाल्डो एमर्सन

बाइंडर और हॉगशायर ने कहा कि हेनरी फोर्ड पुनर्जन्म में विश्वास करते थे: "उन्होंने कहा कि यह वह अपरिहार्य निष्कर्ष था जिस पर वे ऑटोमोबाइल निर्माण के समान गहन विश्लेषण करने के बाद पहुंचे थे। उनके लिए, इसने उन्हें यह समझने में मदद की कि..."
मानव जाति के बार-बार पूछे जाने वाले प्रश्न का उत्तर: मैं यहाँ क्यों हूँ? फोर्ड ने कहा,

“धर्म ने मुझे कोई सार्थक संदेश नहीं दिया। जब मैंने पुनर्जन्म के बारे में जाना, तो ऐसा लगा जैसे मुझे कोई सार्वभौमिक योजना मिल गई हो…। प्रतिभा अनुभव से आती है। कुछ लोग इसे वरदान या प्रतिभा मानते हैं, लेकिन यह कई जन्मों के लंबे अनुभव का फल है। कुछ आत्माएं दूसरों से अधिक परिपक्व होती हैं, इसलिए वे अधिक जानती हैं।”
बेंजामिन फ्रैंकलिन ने भी यही निष्कर्ष निकाला कि पुनर्जन्म ही पृथ्वी पर जीवन का एकमात्र तर्कसंगत स्पष्टीकरण है: “जब मैं कुछ भी नष्ट होते हुए और

पानी की एक बूंद भी बर्बाद होते हुए नहीं देखता, तो मुझे आत्माओं के विनाश का संदेह नहीं होता, न ही मुझे विश्वास होता है कि ईश्वर प्रतिदिन लाखों तैयार दिमागों के नष्ट होने को सहन करेगा और नए दिमाग बनाने का निरंतर प्रयास करेगा। इस प्रकार, संसार में स्वयं को विद्यमान पाकर, मेरा मानना है कि मैं किसी न किसी रूप में हमेशा विद्यमान रहूंगा; और मानव जीवन की सभी असुविधाओं के बावजूद, मुझे अपने नए जीवन के लिए कोई आपत्ति नहीं होगी, हालांकि मुझे आशा है कि पिछले जीवन की गलतियों को सुधारा जा सकेगा।” (8) द्वितीय विश्व युद्ध के नायक जनरल जॉर्ज पैटन भी अपने व्यक्तिगत अनुभव के आधार पर इस बात पर विश्वास करने लगे थे कि हम बार-बार जीवन जीते हैं। उनके लिए, अनेक जन्मों का यह विचार उनके शानदार सैन्य करियर में मार्गदर्शक बना। उन्होंने अपने दावों की सत्यता का अद्भुत प्रमाण प्रस्तुत किया। उत्तरी अफ्रीका में पहली बार, पैटन ने अन्य लोगों को प्राचीन युद्धक्षेत्र, कम ज्ञात रोमन खंडहरों तक ले जाकर बताया कि वे रोमन सेना के साथ पहले भी यहाँ आ चुके हैं।
एडगर केसी एक रूढ़िवादी ईसाई संडे स्कूल शिक्षक थे, जब उन्होंने नींद की अवस्था में मानसिक भविष्यवाणियां करना शुरू किया। इस गहरी अवस्था से, केसी ने ज्ञान के अन्य स्रोतों तक पहुँच प्राप्त की और अपने आत्मा के कई जन्मों के संचित अनुभवों से प्राप्त शिक्षाओं को साझा किया। इन समझों में कई जन्मों की अवधारणा भी शामिल थी, जैसा कि नोएल लैंगली की पुस्तक "एडगर केसी ऑन रीइन्कार्नेशन" और अन्य पुस्तकों में वर्णित है।
प्रकृति के चक्र बताते हैं कि शारीरिक मृत्यु के बाद भी मनुष्यों के जीवन में इसी प्रकार के कई चरण होते हैं। प्रकृति के ऋतुओं, समुद्र की लहरों, सूर्योदय और सूर्यास्त, चंद्रमा की अवस्थाओं और पतंगों और तितलियों के कायापलट पर विचार करें। निश्चित रूप से आपकी आत्मा/चेतना को भी यदि वह चाहे या उसे आवश्यकता हो, तो पुनः लौटने का उतना ही अवसर है। मानव जन्म और मृत्यु के बीच के सभी चरणों को देखें: शैशवावस्था, बचपन, किशोरावस्था, वयस्कता और वृद्धावस्था। शारीरिक मृत्यु से पहले और बाद में भी यह चक्र क्यों नहीं जारी रहना चाहिए?
सीएलई के पक्ष में एक और दार्शनिक तर्क ब्रह्मांड की विशालता है। खगोलविदों का कहना है कि प्रत्येक ब्रह्मांड में सैकड़ों अरब तारे हैं।

ज्ञात ब्रह्मांड में अरबों आकाशगंगाएँ हैं। सृष्टि की विशालता को देखते हुए, क्या यह कल्पना करना संभव नहीं है कि एक सांसारिक जीवन, फिर कुछ भी नहीं, या स्वर्ग के अलावा और भी विकल्प मौजूद हैं?
या फिर अनंत काल तक नरक में जाना? इस संभावना को नकारना संकीर्ण मानसिकता है। एलेनोर रूजवेल्ट वोल्टेयर से सहमत थीं कि पुनर्जन्म का विचार इस बार जन्म लेने से अधिक अकल्पनीय नहीं लगता।
जीवन चक्र की व्यवस्था एक ऐसा तरीका है जिससे मैं सर्वज्ञ, सर्वव्यापी, सर्वशक्तिमान सृष्टिकर्ता और पृथ्वी पर व्याप्त असंख्य पीड़ाओं के विरोधाभास को समझ सकता हूँ। जीवन स्रोत चुनाव की स्वतंत्रता प्रदान करता है, भले ही आपके या दूसरों के चुनाव के परिणाम कुछ भी हों।
दुख। सांसारिक दुख जो बहुत लंबे समय तक टिकता हुआ प्रतीत होता है, अनंत काल की तुलना में पलक झपकते ही बीत जाता है। अपनी अमरता का गहरा ज्ञान आपको सही जीवन जीने के बारे में बेहतर निर्णय लेने में मदद करता है।
“हम सब समान रूप से सृजित हुए हैं” यह कथन विशुद्ध रूप से सांसारिक दृष्टिकोण से एक क्रूर मज़ाक है, क्योंकि अस्तित्व में अनेक प्रकार की असमानताएँ मौजूद हैं जो अन्यायपूर्ण प्रतीत होती हैं। लेकिन व्यापक वास्तविकता के दृष्टिकोण से, प्रत्येक व्यक्ति सृष्टिकर्ता से अविभाज्य, अविनाशी ऊर्जा का एक प्राणी है। केवल इसी दृष्टिकोण से सांसारिक घटनाएँ अर्थपूर्ण हो सकती हैं।
उदाहरण के लिए, यदि यही जीवन सब कुछ है, तो उन अपराधियों और समाज के लिए हानिकारक काम करने वालों का क्या होगा जो बिना किसी सजा के बच जाते हैं? उन लोगों का क्या होगा जिन्हें न्याय नहीं मिलता: कम उम्र में ही गलत रास्ते पर चले जाने वाले बच्चे, मानसिक रूप से मंदबुद्धि लोग, नशेड़ी और वे लोग जो बहुत कष्ट झेलते हैं? यदि ऐसा है तो
धरती पर जीवन का केवल एक ही मौका है, न्याय हमेशा नहीं मिलता और कई लोगों की शिकायतें जायज होती हैं।
जब हम प्रत्यक्ष अन्याय का विश्लेषण कर रहे हैं, तो क्या हमें सचमुच यह मानना चाहिए कि पृथ्वी पर हमारा छोटा जीवन ही हमारा भाग्य निर्धारित करता है? क्या पृथ्वी पर मौजूद तमाम उलझनों, पीड़ा, असंतुलन, प्रलोभन, भय और अज्ञानता से भरे वे कुछ ही वर्ष यह तय करते हैं कि हम स्वर्ग में आनंद मनाएंगे या अनंत काल तक नरक में जलेंगे? सर्वव्यापी प्रेम और ज्ञान से

परिपूर्ण सृष्टिकर्ता इससे कहीं बेहतर कर सकते हैं। सीएलई (CLE) वे महान साधन हैं जो प्रत्यक्ष मानवीय अन्याय और अन्य अस्तित्व संबंधी दुविधाओं को स्पष्ट करते हैं।
जीवन की प्रतीत होने वाली असमानताओं के बारे में, रेवरेंड जेम्स डी. फ्रीमैन ने कहा, "इसे समझाने का एकमात्र तर्कसंगत तरीका, जब तक कि मैं यह न मान लूँ कि पूरी बात का कोई अर्थ नहीं है और यह एक संयोग है, वह यह है कि मैं विश्वास करूँ कि..."
पुनर्जन्म... क्योंकि मैं ईश्वर में विश्वास करता हूँ और मानता हूँ कि वह प्रेम है।

और बुद्धि के साथ-साथ, मेरा यह भी मानना है कि मैं उस आध्यात्मिक प्राणी के रूप में विकसित हो रहा हूँ जैसा उसने मुझे बनाया है। मैं पहले भी जी चुका हूँ और फिर से जीऊँगा। मेरा जीवन अब जैसा है वैसा इसलिए है क्योंकि मैं पिछले जन्मों में जैसा था, और मेरा भविष्य का जीवन वैसा ही होगा जैसा मैं अब हूँ… मेरे लिए यही एकमात्र तरीका है जिससे इस जीवन को अर्थपूर्ण बनाया जा सकता है।” (9)
जैसा कि चर्चा की गई है, जीवन के अनुभवों की एक श्रृंखला भी समृद्धि और विविधता प्रदान करती है। कल्पना कीजिए कि आप सदियों तक प्रतिदिन एक ही फिल्म देखते रहें - यह कितना उबाऊ और सीमित होगा? पृथ्वी पर लोग विभिन्न पुस्तकें पढ़ना, विभिन्न स्थानों की यात्रा करना और कलाओं की प्रशंसा करना पसंद करते हैं। इसी प्रकार, असीमित जीवन आत्माओं को प्रेम, सेवा, रोमांच, विकास और आनंद के अनंत अवसर प्रदान करते हैं।
जीवन की संरचना को समझना अन्य दार्शनिक उलझनों को सुलझाने में सहायक होता है। उदाहरण के लिए, जीवन को खतरे में डालने वाले परोपकारी कार्य सामाजिक वैज्ञानिकों को लंबे समय से हैरान करते रहे हैं। जीवित रहने की सहज प्रवृत्ति सर्वोपरि होती है, फिर भी कुछ लोग पूरी तरह से अजनबी लोगों को बचाने के प्रयास में अपनी जान जोखिम में डाल देते हैं या गंवा देते हैं। शायद निस्वार्थ भाव और मानवीय आवश्यकता की पहचान के क्षण में, उच्चतर आत्मा जागृत हो जाती है और बुनियादी सहज प्रवृत्तियों पर विजय प्राप्त कर लेती है। अर्थात्, आत्मा की अमरता का अवचेतन ज्ञान आत्म-रक्षा के लिए

अहंकार-आधारित चिंताओं पर विजय प्राप्त कर लेता है। या शायद जरूरतमंद व्यक्ति पूरी तरह से अजनबी नहीं था, बल्कि एक या अधिक पिछले जन्मों के माध्यम से उससे जुड़ा हुआ था।
अंत में, अलग-अलग उम्र, रूप-रंग या रुचियों वाले जोड़ों के बीच आकर्षण पर विचार करें। शायद वे अनजाने में एक-दूसरे में एक परिचितता महसूस करते हैं, जिससे शारीरिक मापदंड कम महत्वपूर्ण हो जाते हैं। कुछ ऐसे जोड़े जो घोर नाखुशी के बावजूद साथ रहते हैं, उन्हें शायद उन झगड़ालू आदतों को सुधारने की आवश्यकता होती है जो जीवन भर बार-बार उभरती रही हैं।

नैदानिक साक्ष्य
क्लासिक प्रूफ

बाल प्रतिभा, परिचितता और परजीवियों के प्रति संवेदनशीलता जैसी घटनाएं लंबे समय से विभिन्न संस्कृतियों में पहचानी जाती रही हैं और ये कई जीवनकालों के अस्तित्व का संकेत देती हैं।
बाल प्रतिभाओं ने संगीत, गणित और अन्य क्षेत्रों में अद्भुत क्षमताएं प्रदर्शित की हैं। कुछ ने असाधारण प्रतिभा का प्रदर्शन किया है।

किसी वाद्य यंत्र का बहुत कम या बिल्कुल भी अभ्यास न होने के बावजूद भी उनमें संगीत प्रतिभा मौजूद थी। उदाहरण के लिए, मोजार्ट ने चार साल की उम्र में ही एक कॉन्सर्टो की रचना की थी।
डॉ. दीपक चोपड़ा ने अपनी पुस्तक 'हाउ टू नो गॉड' में वर्तमान पीढ़ी के सबसे प्रसिद्ध संगीत प्रतिभा, रूसी पियानोवादक एवगेनी किसिन का वर्णन किया है। उनकी माँ को अच्छी तरह याद है कि उनका एक साल का बच्चा बाख की धुनें बिल्कुल सटीक सुर में गुनगुनाता था। “जैसे ही एवगेनी चलना सीख गया, वह सीधे घर के पियानो के पास गया और वही बाख की धुनें बजाने लगा जो उसने अपनी बड़ी बहन को बजाते हुए सुनी थीं। ये उस बाल प्रतिभा के शुरुआती संकेत थे जो छह साल की उम्र में संगीत रचना कर रहा था और प्रदर्शन कर रहा था।

तेरह वर्ष की आयु में एक ही संगीत कार्यक्रम में चोपिन के दोनों पियानो कॉन्सर्टो का प्रदर्शन करना—यह एक निपुण कलाकार के लिए भी एक असाधारण उपलब्धि है।
चोपड़ा आगे कहते हैं, “प्रतिभाशाली और विलक्षण प्रतिभाओं के साथ समय बिताने वाले लोग अक्सर उन्हें अलौकिक, किसी प्रकार से असाधारण पाते हैं, मानो कोई बहुत पुरानी आत्मा एक नए शरीर में समा गई हो और फिर भी वह उस शरीर के ज्ञान से कहीं अधिक अनुभव लेकर आती हो। यह मानना आसान है कि किसी प्रकार का पूर्व जीवन वर्तमान पर अपना प्रभाव डाल रहा है। अपने स्वयं के अनुभव के बारे में बात करते हुए, एक संगीत प्रतिभा ने कहा, ‘ऐसा लगता है जैसे मैं अपनी चेतना से बाहर से संगीत बजा रहा हूँ। संगीत मेरे माध्यम से आता है। मैं माध्यम हूँ, स्रोत नहीं।’” (10)
किसी विशेष स्थान से परिचित होना एक और रहस्यमय घटना है, जब तक कि आपका सार वास्तव में इस सांसारिक अनुभव से परे व्यापक वास्तविकता से न जुड़ जाए। परिचित होने का अर्थ है किसी विशेष ऐतिहासिक काल, स्थान या व्यक्ति के बारे में विस्तृत ज्ञान होना, जबकि आपने कभी उसका अध्ययन नहीं किया हो, उससे मुलाकात नहीं की हो या उसका दौरा नहीं किया हो। उदाहरण के लिए, कुछ लोग पहली बार किसी शहर में पहुँचने पर भी दिशाओं और प्रमुख स्थलों की स्थिति से भलीभांति परिचित होते हैं।
इससे भी अधिक आम बात यह है कि किसी से पहली बार मिलने पर ऐसा महसूस होता है जैसे हम एक दूसरे को पहले से जानते हों।
नए परिचितों के प्रति आपके मन में जो तात्कालिक स्नेह या अरुचि उत्पन्न होती है, उसका आंशिक कारण यही हो सकता है। भूतपूर्व जन्मों के प्रतिगमन और स्वतःस्फूर्त भूतपूर्व जन्मों की स्मृतियों के दौरान कई बार इस तरह की परिचितता की पुष्टि हुई है।
ज़ेनोग्लॉसी एक ऐसी घटना है जिसमें व्यक्ति वर्तमान जीवन में किसी भी भाषा के संपर्क में आए बिना एक या अधिक भाषाएँ धाराप्रवाह बोल सकता है। "पुनर्जन्म: फीनिक्स फायर मिस्ट्री" में, क्रैनस्टन और हेड ने न्यूयॉर्क के एक प्रमुख चिकित्सक डॉ. मार्शल मैकडफी और उनकी पत्नी विल्हेल्मिना की कहानी सुनाई है, जिनके: "...जुड़वां बेटे हुए थे।"

वे आपस में किसी अज्ञात स्थानीय भाषा में बातचीत कर रहे थे। बच्चों को अंततः कोलंबिया विश्वविद्यालय के विदेशी भाषा विभाग में ले जाया गया, लेकिन वहाँ मौजूद कोई भी प्रोफेसर उनकी भाषा को पहचान नहीं सका। हालाँकि, प्राचीन भाषाओं के एक प्रोफेसर संयोगवश वहाँ से गुजर रहे थे और यह देखकर आश्चर्यचकित रह गए कि बच्चे अरामी भाषा बोल रहे थे, जो ईसा मसीह के समय में प्रचलित भाषा थी।” (11)
डॉ. फ्रेडरिक लेन्ज़ ने एक माँ द्वारा अपनी बेटी की रात में होने वाली अजीब आवाज़ों के बारे में बताया। माता-पिता उस आवाज़ से जाग गए थे।
उनकी छह वर्षीय बेटी के शयनकक्ष से एक अजीब सी आवाज़ आ रही थी। उन्होंने पाया कि वह नींद में तेज़ी से फ्रेंच बोल रही थी। माँ ने बताया, “मेरी बेटी छह साल की है और कभी इस देश से बाहर नहीं गई है और न ही कभी किसी ऐसे व्यक्ति के संपर्क में आई है जो फ्रेंच बोलता हो।” जब ऐसा लगातार कई रातों तक हुआ, तो माता-पिता ने बातचीत को रिकॉर्ड कर लिया और उसे एक स्थानीय फ्रेंच शिक्षिका को दिखाया। “उन्होंने इसे सुना और हमें बताया कि टेप में दिख रही छोटी बच्ची (हमारी बेटी) अपनी माँ को ढूंढ रही थी, जिससे वह तब अलग हो गई थी जब उसके गाँव पर जर्मनों ने हमला किया था। उन्होंने कहा कि छोटी बच्ची खोई हुई लग रही थी और उसकी आवाज़ के लहजे से लग रहा था कि वह बहुत परेशान थी। मुझे लगता है कि हमारी बेटी पहले फ्रांस के किसी गाँव में रहती थी और शायद विश्व युद्धों में से किसी एक में उसकी मृत्यु हो गई थी।” (12)

उपचारात्मक साक्ष्य

भूतपूर्व जन्म प्रतिगमन या स्वतःस्फूर्त स्मरण द्वारा विभिन्न भावनात्मक और शारीरिक विकारों का उपचार, सीएलई (CLE) के लिए अतिरिक्त प्रमाण प्रस्तुत करता है। उदाहरण के लिए, 21 वीं सदी में गिलोटिन के प्रति तीव्र भय जैसे अस्पष्ट भयों का अस्तित्व यह दर्शाता है कि अनसुलझे आघात भूतपूर्व जन्मों से चले आ रहे हो सकते हैं। इन कठिन विकारों का उपचार विशेष रूप से प्रभावशाली है क्योंकि ये अक्सर स्वतःस्फूर्त होते हैं और कई पारंपरिक उपचार पद्धतियों के विफल होने के बाद प्राप्त होते हैं। ये चिकित्सीय उपचार अक्सर पूर्ण और स्थायी होते हैं।

डॉ. हंस होल्ज़र ने इजरायली जैव-ऊर्जावान चिकित्सक ज़ीव कोलमैन की पूर्व जन्मों की जानकारी जानने और उसका उपयोग करने की क्षमताओं का वर्णन किया। होल्ज़र ने कहा, "पीड़ित को ज्ञात न होने वाले पिछले जन्मों की परिस्थितियों के कारण उत्पन्न होने वाले लक्षणों को डॉक्टर गंभीरता से ले रहे हैं, क्योंकि इन लक्षणों का समर्थन करने वाले सकारात्मक परिणाम मौजूद हैं।"

जब रोगी को रोग का मूल कारण समझ आ जाता है, तो ऐसा प्रतीत होता है कि मामला सुलझ गया है।” (13)
मार्गी, एक पैंसठ वर्षीय महिला जो लंबे समय से गंभीर पीठ दर्द से पीड़ित थी, को उनके एकीकृत चिकित्सा चिकित्सक ने पूर्व जन्म प्रतिगमन के लिए मेरे पास भेजा था। मार्गी ने सचमुच हर संभव उपचार आजमाया था: कायरोप्रैक्टिक, फिजियोथेरेपी, एक्यूपंक्चर, सम्मोहन, इंजेक्शन, दवाइयां, मालिश और ऊर्जा चिकित्सा। लेकिन इनमें से किसी भी उपचार पद्धति से उनका दर्द कम नहीं हुआ। हमारे सेशन के दौरान मार्गी बेहद शांत थीं, लेकिन जब उन्होंने मध्ययुगीन काल में एक दुष्ट और शक्तिशाली व्यक्ति की नौकरानी के रूप में अपने जीवन का वर्णन किया, तो वे काफी उत्तेजित हो गईं। मार्गी ने बताया कि उस व्यक्ति ने कई वर्षों तक उनका बलात्कार और शोषण किया। वे उससे बच नहीं सकीं और अब उस तरह का जीवन सहन नहीं कर सकती थीं।
रोते और कांपते हुए उसने बताया कि उसने उसे चाकू मारने की कोशिश की ताकि वह उसे और चोट न पहुंचाए।
लेकिन उसका यह कमजोर प्रयास विफल रहा और उस व्यक्ति ने उसकी पीठ पर कई बार चाकू से वार किया—ठीक उसी जगह पर जहाँ उसे लंबे समय से दर्द रहता था। इस भावनात्मक पीड़ा के बाद, मार्गी ने बताया कि उसे 75% बेहतर महसूस हो रहा है। समय के साथ उसकी स्थिति में सुधार होता गया और दो साल बाद भी, जब मैंने उससे आखिरी बार बात की थी, तब तक उसकी स्थिति में कोई सुधार नहीं हुआ था। डॉ. माइकल न्यूटन ने भूतपूर्व जन्म प्रतिगमन के अनुरोधों का तब तक विरोध किया जब तक कि उन्होंने एक ऐसे व्यक्ति के साथ काम नहीं किया जो गंभीर दर्द से पीड़ित था। उन्होंने कहा, “इस मरीज़ ने अपने दाहिने हिस्से में जीवन भर के पुराने दर्द की शिकायत की। अंततः मैंने उनके पूर्व जीवन का पता लगाया, जिसमें वे प्रथम विश्व युद्ध के एक सैनिक थे, जिनकी फ्रांस में संगीन से

मृत्यु हो गई थी, और हम यह पता लगाने में सक्षम हुए कि वे किस प्रकार सक्षम थे।
दर्द को पूरी तरह से खत्म करने के लिए... मुझे इस बात का एहसास हुआ कि हमारे पिछले जीवन के शरीर और घटनाओं तथा आज हम जो हैं, उनके बीच का संबंध चिकित्सीय रूप से कितना महत्वपूर्ण है।" (14)
पेट्रीशिया ऑस्ट्रियन का मानना था कि उनके बच्चे एडवर्ड में मौजूद एक संभावित रूप से घातक ट्यूमर तब ठीक हो गया जब उसे अपने पिछले जन्म की याद आ गई।
कैरोल बोमन, एम.ए. द्वारा दी गई जानकारी के अनुसार, जब से छोटा एडवर्ड बोलना सीख गया था, वह अपने गले की ओर इशारा करते हुए कहता था, "मेरे इंजेक्शन में दर्द हो रहा है, मेरे इंजेक्शन में दर्द हो रहा है!" उसे निगलने में परेशानी होती थी और उसके माता-पिता को लगता था कि वह अपने गले के दर्द की तुलना इंजेक्शन लगने से कर रहा है। एक विशेषज्ञ ने उसके गले में एक बड़ी गांठ पाई और टॉन्सिल निकालने की सर्जरी निर्धारित की।
कुछ हफ्तों बाद गांठ हटाने से पहले, एडवर्ड ने कहा कि "इंजेक्शन का दर्द" गायब हो गया है। उसके माता-पिता ने सोचा कि वह एनेस्थेटिक के कारण बेहोश हो गया था।

बोमन ने लिखा, “फिर उसकी बातें और भी अजीब हो गईं। उसने बताया कि जब वह बड़ा था, तब वह फ्रांस में वाल्टर नाम का एक सैनिक था... एक गोली उसे पीछे से लगी और उसके गले में जा फंसी। चार साल के एडवर्ड ने फिर गले में गोली लगने से हुई मौत का जो वर्णन किया, उसके चिकित्सक पिता ने बाद में पुष्टि की, वह चिकित्सकीय रूप से सटीक था—भयानक विवरण जो बहुत कम वयस्क, चार साल के बच्चे की तो बात ही छोड़िए, जानते होंगे। उसने अगले कुछ दिनों तक अपनी कहानी शब्दशः दोहराई।” माता-पिता इस बात से हैरान थे कि उनका बच्चा इतनी सटीक जानकारी कैसे जान सकता है। तीन दिनों के भीतर,
वह गांठ पूरी तरह गायब हो गई थी। सर्जन उसके स्वतः ठीक होने से चकित था और उसे उम्मीद थी कि यह वापस आ जाएगी, लेकिन दस साल बाद भी ऐसा नहीं हुआ था। (15)
आप और आपके प्रियजन एक प्रशिक्षित पेशेवर द्वारा सम्मोहन के माध्यम से उपचार का अनुभव कर सकते हैं। मैंने घर पर उपयोग के लिए एक ऑडियो उत्पाद भी

बनाया है: भूतकाल प्रतिगमन (Past Life Regression), जो SoulProof.com पर शॉप सेक्शन में उपलब्ध है।

जीवन में समानताएँ

अपनी पुस्तक "जहां पुनर्जन्म और जीव विज्ञान का प्रतिच्छेदन" में, डॉ. इयान स्टीवेन्सन ने जन्मों के बीच समानताओं के घटित होने पर चर्चा की है। उन्होंने वर्तमान और कथित पूर्व जन्मों के लोगों के चित्र दिखाए, जिनमें वर्तमान जन्मचिह्न या पूर्व जन्मों की चोटों से संबंधित विकृतियों जैसी शारीरिक समानताओं का उल्लेख किया गया है। मैं इस अध्याय में आगे स्टीवेन्सन के कार्य पर विस्तार से चर्चा करूंगा।
डॉ. वाल्टर सेमकीव ने भी इस घटना पर गहन शोध किया। उनका मानना है कि एक जीवनकाल से दूसरे जीवनकाल तक लोगों में समान शारीरिक लक्षण और स्थायी व्यक्तित्व गुण देखने को मिलते हैं। सेमकीव द्वारा दर्शाई गई कई शारीरिक समानताएँ आश्चर्यजनक और आश्चर्यजनक रूप से मिलती-जुलती हैं। इसके अलावा, उन्होंने लेखन शैली जैसे समान अभिव्यक्ति के तरीकों की भी पहचान की। उनका दावा है कि वर्तमान जीवनकाल में अक्सर ऐसे प्रतीक और समकालिक घटनाएँ पाई जाती हैं जो व्यक्ति के पिछले जन्मों की महत्वपूर्ण विशेषताओं को दर्शाती हैं। डॉ. सेमकीव ने इन समानताओं को प्रमाणित करने के लिए सार्वजनिक अभिलेखों और ऐतिहासिक अभिलेखागारों का उपयोग किया।
उनकी पुस्तक 'रिटर्न ऑफ द रेवोल्यूशनरीज' में लोगों की कई तस्वीरें हैं, जिनमें वे वर्तमान में और कथित रूप से अपने पिछले जन्मों में कैसे दिखते थे, यह दर्शाया गया है।
उनमें से कुछ ने अनायास ही अपने पूर्व जन्म के संबंधों का पता लगाया।

यादें, सपने, या माध्यमों या मानसिक शक्तियों से प्राप्त जानकारी। डॉ. सेमकीव ने इनमें से कई मामलों की गहराई से जांच की और उनके मामलों को प्रामाणिक माना। उनके एक मामले के विषय, नोबेल पुरस्कार विजेता कैरी

मुलिस, पीएचडी ने डीएनए तुलना के लिए वर्तमान और कथित भूतपूर्व जीवन के ऊतक नमूनों के परीक्षण का प्रस्ताव दिया है। (16)

भूतपूर्व जीवन प्रतिगमन

इस खंड में, मैं सहज भूतकाल स्मृतियों के विपरीत सम्मोहन द्वारा प्रेरित भूतकाल प्रतिगमन (पीएलआर) पर चर्चा करूँगा। पीएलआर का उद्देश्य लोगों को कथित भूतकाल को याद करने में मदद करना है। गहरी विश्राम अवस्था या सम्मोहन अवस्था मन की शांत लेकिन स्पष्ट स्थिति को सुगम बनाती है, जिसमें मानसिक हलचल कम होती है। मस्तिष्क के तीव्र विश्लेषण को शांत करने से ऐसी धारणाएँ जागृत अवस्था में आमतौर पर सुलभ नहीं होती हैं।
जो लोग यह आरोप लगाते हैं कि पीएलआर प्रतिभागी जानबूझकर अपने अनुभवों के बारे में झूठ बोलते हैं, उन्हें जवाब देते हुए, 'यू हैव बीन हियर बिफोर' की लेखिका, डॉ. एडिथ फियोरे ने कहा, "अगर ऐसा है, तो उनमें से अधिकांश को अकादमी पुरस्कारों के लिए नामांकित किया जाना चाहिए। मैंने सम्मोहन के तहत पूर्व-जन्म प्रतिगमन में भाग लेने वाले लोगों को हजारों घंटों तक सुना और देखा है। मुझे पूरा विश्वास है कि इसमें धोखा देने का कोई जानबूझकर या सचेत प्रयास नहीं है। आंसू, कांपना, झिझकना, मुस्कुराना, सांस फूलना, कराहना, पसीना आना और अन्य शारीरिक अभिव्यक्तियाँ सब कुछ वास्तविक हैं।" (17)
डॉ. वीस ने बताया कि उन्हें मनोचिकित्सकों, मनोवैज्ञानिकों और अन्य चिकित्सकों से हजारों फोन कॉल और पत्र मिले हैं, जो बीस वर्षों तक पूर्व जन्म प्रतिगमन का अभ्यास कर रहे हैं। उन्होंने कहा, "पत्रों में पूर्व जन्मों की यादों का विस्तृत वर्णन है, जिसमें मरीज़ों द्वारा अन्य जन्मों के नाम, तिथियां और विवरण याद किए जाने की बात कही गई है।"
शहर, देश या महाद्वीप। कुछ रोगियों को उन स्थानों के आधिकारिक अभिलेखों में अपने 'पुराने' नाम मिले हैं जिनके बारे में उन्होंने अपने जीवनकाल में कभी सुना भी नहीं था, जाना तो दूर की बात है। कुछ को अपनी कब्रें भी मिली हैं।” (18)

डॉ. हेलेन वामबाक ने अपनी पुस्तक 'रिलिविंग पास्ट लाइव्स' में एक हजार से अधिक विस्तृत भूतकाल के मामलों का मूल्यांकन किया और कहा, "मैंने तर्क दिया कि यदि भूतकाल की यादें कल्पना मात्र होतीं, तो मेरे विषय अपने प्रतिगमन में ऐसी सामग्री शामिल करते जिसे मैं साबित कर सकती थी कि वह सच नहीं हो सकती। उन्होंने किसी न किसी प्रकार की विसंगतियाँ देखी होंगी— जैसे कि ऐसे वस्त्र और वास्तुकला जो उनके द्वारा चुने गए समय और स्थान के लिए पूरी तरह से गलत थे—या फिर जलवायु और

ऐसा भूदृश्य जो उनके द्वारा दिखाए गए मानचित्र से मेल नहीं खाता था। मुझे आश्चर्य हुआ कि मैंने जो 1,088 डेटा शीट एकत्र की थीं, उनमें से केवल ग्यारह में ही विसंगतियों के स्पष्ट प्रमाण मिले।
वामबाच ने इन संचित पूर्व जन्मों की स्मृतियों का विश्लेषण किया और सामाजिक वर्ग, नस्ल, लिंग, पहनावा, आहार, जनसंख्या अनुपात और विशिष्ट समय अवधियों में मृत्यु के कारणों के संदर्भ में उनकी ऐतिहासिक सटीकता की तुलना की। उदाहरण के लिए, उन्होंने पाया कि 49 प्रतिशत पूर्व जन्म महिलाओं के थे, जबकि 51 प्रतिशत पुरुषों के थे - जो कि एक यादृच्छिक वितरण में अपेक्षित परिणाम के लगभग समान है, न कि किसी धोखे के।
उन्होंने यह भी पाया कि लगभग 1600 लोगों की मौत की सूचना मिली थी।
ईस्वी सन् में यह संख्या लगभग 400 ईस्वी सन् में दर्ज की गई संख्या से दोगुनी थी। 1850 के आसपास यह संख्या एक बार फिर दोगुनी हो गई, जो वास्तविक वृद्धि के बिल्कुल बराबर थी।
विश्व की जनसंख्या में। यह मानना मुश्किल है, अगर असंभव नहीं तो, कि पूर्व-जन्म प्रतिगमन में यादृच्छिक रूप से चुने गए प्रतिभागियों के एक समूह ने इस तरह के विशाल सांख्यिकीय धोखे को अंजाम देने के लिए अपने प्रयासों का समन्वय किया होगा।
वैम्बाच ने निष्कर्ष निकाला, “इस अध्याय में वर्णित सभी आंकड़े इस परिकल्पना का समर्थन करते हैं कि अतीत की यादें वास्तविक अतीत को सटीक रूप से दर्शाती हैं, न कि यह सामान्य कल्पनाओं का प्रतिनिधित्व करती हैं।” (19)
डॉ. जोएल व्हिटन, एम.डी., पीएच.डी., टोरंटो विश्वविद्यालय के मेडिकल स्कूल में मनोचिकित्सा के प्रोफेसर हैं और जो फिशर के साथ मिलकर उन्होंने 'लाइफ

बिटवीन लाइफ' नामक पुस्तक लिखी है। वे अपने नैदानिक कार्य के बारे में हेरोल्ड नामक एक मरीज़ के साथ हुए अनुभव को साझा करते हैं, जिसने सम्मोहन के दौरान अपने पूर्व जीवन का वर्णन एक वाइकिंग लुटेरे के रूप में किया था। हालाँकि उसने अपने जीवन में कभी कोई विदेशी भाषा नहीं सीखी थी, फिर भी वह उस विचित्र भाषा में सहजता और आत्मविश्वास से बोलता था, जिसे विशेषज्ञों ने प्राचीन नॉर्स भाषा के रूप में पहचाना।
आइसलैंडिक और नॉर्वेजियन भाषा बोलने वाले भाषाविदों ने स्वतंत्र रूप से काम करते हुए इनमें से कुछ शब्दों की पहचान की और उनका अनुवाद किया। कई अन्य शब्द रूसी, सर्बियाई या स्लाविक मूल के प्रतीत होते थे और इनकी भी पहचान की गई। एक भाषा विशेषज्ञ ने कहा, "उस समय के वाइकिंग लोगों के लिए ऐसी भाषा बोलना उचित होगा जिसमें अन्य भाषाओं के शब्द और वाक्यांश शामिल हों। मेरा मानना है कि यह घुमंतू वाइकिंग लोगों की भाषा शैली से मेल खाता है।"
एक अन्य पूर्व जन्म की स्मृति के दौरान, हेरोल्ड ने कुछ लिखा जो देखने में बेतरतीब लग रहा था। शोधकर्ताओं ने उसके द्वारा प्रयुक्त वर्णमाला को मेसोपोटामिया में प्रयुक्त एक विलुप्त लिपि के रूप में पहचाना। उस भाषा का आधुनिक ईरानी भाषा से कोई संबंध नहीं है और उसे 100 से अधिक वर्षों से बोला नहीं गया है।

1300 वर्ष। हेरोल्ड के पूर्व-जन्म प्रतिगमन अनुभवों के बारे में, डॉ. व्हिटन ने कहा, "मेरे लिए, यह मामला पुनर्जन्म के प्रमाण के लिए अब तक के सबसे ठोस तर्कों में से एक है।" (20)
डॉ. वीस ने सत्यापन सुविधाओं से युक्त पीएलआर का एक अंतिम उदाहरण प्रस्तुत किया। डायने, एक पंजीकृत नर्स, अविवाहित थीं और जीवन साथी की तलाश में असफल रही थीं। वीस के साथ पूर्व-जन्म प्रतिगमन के दौरान, उन्हें अपने पिछले जन्म की याद आई, जब वे एक अग्रणी महिला थीं और अपने बच्चे के साथ आदिवासियों से छिप रही थीं। बच्चे को शांत रखने के लिए, उन्होंने उसका मुंह अपने हाथ से ढक दिया। उनके बच्चे के दाहिने कंधे के नीचे अर्धचंद्राकार जन्मचिह्न था और गलती से दम घुटने से उसकी मृत्यु हो गई।

इस घटना के कई महीनों बाद, उसने अपने अस्पताल में एक अस्थमा रोगी का इलाज किया। उसके फेफड़ों की जांच करते समय, उसने उसके दाहिने कंधे के नीचे एक अर्धचंद्राकार जन्मचिह्न देखा, जिससे वह लगभग बेहोश हो गई। दोनों के बीच तुरंत ही एक आत्मीयता और जुड़ाव महसूस हुआ, जिसके कारण उनका प्रेम संबंध बना और अंत में उनका सुखमय विवाह हुआ। (21)
जैसा कि बताया गया है, आप विशेष रूप से प्रशिक्षित थेरेपिस्ट के साथ भूतपूर्व जीवन प्रतिगमन का अनुभव कर सकते हैं। मैंने घर पर उपयोग के लिए एक ऑडियो उत्पाद भी बनाया है: भूतपूर्व जीवन प्रतिगमन, जो SoulProof.com पर शॉप सेक्शन में उपलब्ध है।

बच्चों की भूतपूर्व जीवन की यादें

भूतपूर्व जन्म की स्मृतियाँ, जिन्हें मैं संक्षेप में पीएलएम कहता हूँ, चक्रीय जीवन के प्रमाण की एक अन्य श्रेणी हैं। पीएलएम स्वतः घटित होती हैं, अर्थात् सम्मोहन की सहायता के बिना, जब व्यक्ति जागृत अवस्था में हो या स्वप्न देख रहा हो। इस प्रकार के कई प्रमाणित मामले मौजूद हैं। साहित्य।
जेनी कॉकेल की पुस्तक "अक्रॉस टाइम एंड डेथ" में वर्णित अनुसार, निम्नलिखित भूतपूर्व जीवन की स्मृति सपनों और जागृत अवस्था में दिखाई दी। बचपन में, जेनी को बुखार से मरने और आठ छोटे बच्चों को पीछे छोड़ने के स्पष्ट और बार-बार आने वाले सपने आते थे। वह इन सपनों से जागकर रोती थी और उन्हें छोड़कर जाने के कारण बहुत दुखी और अपराधबोध महसूस करती थी। बहुत छोटी उम्र से ही जेनी ने एक छोटे से आयरिश गाँव के नक्शे और दृश्य बनाना शुरू कर दिया था और वर्षों तक ऐसा करती रही।
वयस्क होने पर, उसने अपनी पिछली पहचान मैरी सटन के रूप में खोजी, जिसकी वास्तव में बुखार से मृत्यु हो गई थी और उसके आठ बच्चे थे। उसने यात्रा की।

आयरलैंड जाकर मैरी के बड़े हो चुके बच्चों से भावुक मुलाकात हुई, जिन्होंने पुष्टि की कि जेनी को ऐसी बातें पता थीं जो केवल उनकी माँ को ही

पता हो सकती थीं। अपने बच्चों से इस संपर्क के बाद, जेनी को बार-बार आने वाले बुरे सपने, अपराधबोध और उदासी से मुक्ति मिल गई। (22)
मनोविज्ञान के एक स्नातक छात्र ने डॉ. वीस को एक ऐसे सपने के बारे में बताया जो उनकी पत्नी के चार महीने की गर्भवती होने और बच्चे के लिंग का पता न चलने के दौरान आया था। एक जीवंत सपने में, उनकी अजन्मी बेटी ने उन्हें अपना नाम, पिछला जीवन, जीवन के उद्देश्य और यह बताया कि उसने उनके घर जन्म क्यों लिया। वह जाग गए और अपनी पत्नी की ओर मुड़े, जिसने कहा कि उसने भी अभी-अभी एक अद्भुत सपना देखा है। जब उन्होंने अपने अनुभव साझा किए, तो वे यह देखकर आश्चर्यचकित रह गए कि सपने के सभी विवरण एक जैसे थे। दोनों माता- पिता का एक ही समय पर और एक समान सपना देखना इस बात को पुष्ट करता है कि यह इस बात का संकेत था कि वास्तव में एक आत्मा का आगमन हुआ था। इस जानकारी की पुष्टि के लिए, पाँच महीने बाद एक सुंदर बेटी का जन्म हुआ। (23)
कई छोटे बच्चों ने अनायास ही अपने अतीत के बारे में बताया है। कैरोल बोमन ने इंग्लैंड के एक ऐसे ही अतीत के बारे में बताने का जिक्र किया है, जैसा कि पीटर और मैरी हैरिसन ने अपनी किताब 'द चिल्ड्रन दैट टाइम फॉरगॉट' में बताया है: “डेसमंड फर्श पर अपनी खिलौना कारों से खेल रहा था, तभी उसने बिना किसी उकसावे के अपनी माँ से कहा, ‘माँ, तुम्हें पता है, मैं तुम्हारे पास आने से पहले आंटी रूथ के घर गया था, लेकिन मैं वहाँ ज्यादा देर नहीं रुका।’ साढ़े तीन साल के बच्चे को यह कहते सुनकर उसकी माँ दंग रह गई। उसकी भाभी, रूथ ने एक बच्चे को जन्म दिया था।
दस साल पहले एक मृत शिशु पुत्र का जन्म हुआ था। लेकिन परिवार ने इस बारे में कभी बात न करने का समझौता किया था क्योंकि यह उनके लिए बहुत ही दर्दनाक अनुभव था। डेसमंड ने कभी किसी को इस बारे में बात करते हुए नहीं सुना होगा। रूथ के गर्भ में बिताए अपने समय का वर्णन करते हुए डेसमंड ने कहा, "एक बार मैं सो गया, लेकिन जब मैं जागा तो मैं आंटी रूथ के साथ नहीं था।"
फ्लोरिडा की एक दादी हिल्डा स्विंगर ने एक और मामला दर्ज कराया, जिनके बेटे रिचर्ड की 28 साल की उम्र में एक कार दुर्घटना में मौत हो गई थी। हिल्डा अक्सर रिचर्ड के सपने देखती थीं, जब तक कि उनके दूसरे बेटे की पत्नी गर्भवती नहीं हो गईं। जब उनके पोते रैंडी का जन्म हुआ, तो उन्हें तुरंत एक गहरा जुड़ाव महसूस हुआ और उन्हें उम्मीद थी कि रिचर्ड की आत्मा वापस लौट आई है। जब रैंडी ढाई साल का था, तो उसे रिचर्ड द्वारा बनाई गई एक देवदूत की

तस्वीर मिली। वह उत्साहित हो गया और अपने पिता के पास दौड़कर बोला, "देखो पापा, देखो। यह मैंने बनाया है।"

"मैंने इसे बहुत पहले चित्रित किया था।" तीन साल की उम्र में, रैंडी ने हिल्डा से कहा, "मैं अपनी माँ के पास जाने से पहले तुम्हारे गर्भ में था। लेकिन फिर मेरी मृत्यु हो गई और मैं स्वर्ग चला गया और मैंने दादा जॉन को देखा। लेकिन मुझे पता था कि तुम्हें मेरी ज़रूरत है, इसलिए मैं अपनी माँ के गर्भ में यहाँ आ गया ताकि मैं तुम्हारे साथ रह सकूँ।" अब, हिल्डा ने कहा, पूरा परिवार मानता है कि रिचर्ड रैंडी के रूप में वापस आ गया है। (24)

डॉ. इयान स्टीवेन्सन का शोध

डॉ. इयान स्टीवेन्सन द्वारा किए गए व्यापक वस्तुनिष्ठ शोध से अब तक का सबसे प्रभावशाली प्रमाण मिलता है कि हम इस एक सांसारिक अनुभव से कहीं अधिक अनुभव प्राप्त कर सकते हैं। स्टीवेन्सन की पुस्तकों में 'चिल्ड्रन हू रिमेंबर प्रीवियस लाइव्स' और 'केसेज़ ऑफ द' शामिल हैं।
पुनर्जन्म के प्रकार, पुनर्जन्म के संकेत देने वाले बीस मामले, पुनर्जन्म और जीव विज्ञान का अंतर्संबंध, और पुनर्जन्म और जीव विज्ञान। इस विषय पर विश्व के अग्रणी विशेषज्ञ, वे एक दर्जन से अधिक विद्वतापूर्ण पुस्तकों और 250 लेखों के लेखक हैं।
वर्जीनिया विश्वविद्यालय में मनोचिकित्सा विभाग के प्रमुख स्टीवेन्सन ने अपने साठ साल के करियर का अधिकांश समय बच्चों की भूतपूर्व जन्म की यादों को सत्यापित करने की विधियों को परिष्कृत करने में व्यतीत किया। उनका कार्य उतना प्रसिद्ध नहीं है क्योंकि वे अन्य शिक्षाविदों के लिए लिखते हैं, इस तथ्य की पुष्टि उनके द्वारा पढ़ी गई पुस्तकें पढ़ने वाला कोई भी व्यक्ति कर सकता है।
उन्होंने और उनके कर्मचारियों ने एशिया, यूरोप, अफ्रीका और उत्तरी अमेरिका से 3,000 से अधिक मामले संकलित किए। इनमें से लगभग 900 मामलों का कड़ाई से सत्यापन किया गया और इनमें से 35 प्रतिशत में जन्मजात निशान या

जन्मजात विकृतियाँ थीं जो पिछले जन्मों की चोटों से मेल खाती थीं। इनमें से अठारह मामलों में दो या दो से अधिक मिलते-जुलते जन्मजात निशान थे। स्टीवेन्सन ने अनुमान लगाया कि दो मिलते-जुलते जन्मजात निशानों (एक कथित पिछले जन्म और वर्तमान जन्म से) के संयोगवश होने की संभावना केवल 25,600 में से 1 है। संयोगवश अठारह बार ऐसा होने की संभावना बहुत कम है। स्टीवेन्सन के शोध के कठोर मानक समय के साथ किए गए निजी और बार-बार के साक्षात्कारों पर बहुत अधिक निर्भर थे। उन्होंने मनोचिकित्सकों के लिए एक नैदानिक पाठ्यपुस्तक लिखी, जो वकीलों द्वारा अतीत की घटनाओं को यथासंभव सटीक रूप से पुनर्निर्मित करने के लिए उपयोग की जाने वाली विधियों पर आधारित थी। उन्होंने और उनकी टीम ने उन बच्चों का अध्ययन किया जिन्हें संभावित पिछले जन्म याद थे और उनके

टीम ने परिवार से भी पूछताछ की और कथित पूर्व जीवन की परिस्थितियों का पता लगाया। इन पेशेवर शोधकर्ताओं की सटीक कार्यप्रणाली को देखते हुए, किसी के लिए भी—विशेषकर तीसरी दुनिया के ग्रामीणों के लिए—धोखा छिपाना लगभग असंभव था।
स्टीवेन्सन के मामलों के तीन सारांश यहाँ दिए गए हैं:
◆ भारत के साढ़े तीन साल के लड़के प्रमोद को याद आया कि दूसरे शहर में उसकी एक सोडा और बेकरी की दुकान थी। उस शहर में पहुँचकर वह अपने परिवार को सीधे दुकान पर ले गया और उसे पता था कि एक जटिल सोडा मशीन को कैसे ठीक करना है, जिसे उसकी याददाश्त परखने के लिए जानबूझकर बंद कर दिया गया था।
◆ टेक्सास के रहने वाले तीन वर्षीय माइकल को अपने पिछले जीवन में हुई एक घातक सड़क दुर्घटना का सटीक विवरण याद था। हालांकि परिवार में किसी ने भी उसे इस बारे में नहीं बताया था, लेकिन उसकी याददाश्त के अनुसार, उसकी माँ के हाई स्कूल के प्रेमी की मृत्यु ठीक उसी तरह हुई थी जैसा माइकल ने बताया था।
महज डेढ़ साल की उम्र में, भारत की सुक्ला ने एक खिलौना गोद में लेकर कहा कि यह उसकी बेटी मीनू है। अगले कुछ वर्षों में, उसे अपने पिछले जीवन की और भी बातें याद आने लगीं और उसका परिवार उसे उस गाँव ले गया। सुक्ला ने उन्हें अपने पुराने घर तक पहुँचाया और मीनू से मिलकर उसे बहुत खुशी हुई, जिसकी माँ का निधन उसके बचपन में ही हो गया था।

डॉ. जेनी वेड ने जन्म के समय की यादों और बच्चों द्वारा पिछले जन्मों के बारे में दिए गए विवरणों के बीच समानताएं देखीं। उन्होंने इन्हें भौतिक शरीर से स्वतंत्र चेतना के तर्क का समर्थन करने वाला माना। वेड ने कहा कि स्टीवेन्सन का शोध आज तक हर गंभीर चुनौती का सामना करने में सफल रहा है, क्योंकि इसमें प्रभावशाली दस्तावेज़ीकरण और कठोर वैज्ञानिक पद्धतियों का उपयोग किया गया है। वेड ने विशेष रूप से इस बात को पुख्ता किया कि इस जीवन में जन्मचिह्नों और विकृतियों की उच्च दर कथित पिछले जन्म की चोटों से मेल खाती है। (25)
इन जन्मजात चिह्नों के बारे में लेखक जॉन एल्गियो ने कहा, “उदाहरण के लिए, एक बच्चा अपने पिछले जीवन को याद कर सकता है जिसमें उस जीवन के बारे में पर्याप्त विवरण (नाम, स्थान, घटनाएँ) शामिल हों, जिससे जांचकर्ता उस पूर्व व्यक्तित्व की पहचान कर सकें। वह व्यक्तित्व गोली लगने से मर गया था, और चिकित्सा या कोरोनर के रिकॉर्ड से यह साबित होता है कि...
घातक गोली से बने प्रवेश और निकास के घावों के निशानों का स्थान। जिस बच्चे को अपने पिछले जीवन की याद है, उसके शरीर पर जन्मचिह्न होते हैं। उन स्थानों पर जो पूर्ववर्ती व्यक्तित्व के घावों से मेल खाते हैं।

इसके अलावा, निकास घाव से संबंधित जन्मचिह्न प्रवेश घाव से संबंधित जन्मचिह्न से बड़ा होता है, ठीक वैसे ही जैसे घाव स्वयं थे, जो गोली के घावों का सामान्य पैटर्न है। यह जन्मचिह्न और विकृतियों से जुड़े कई मामलों में से एक प्रकार का मामला है।” (26)
स्टीवेन्सन की पुस्तक 'पुनर्जन्म और जीवविज्ञान' (आठ पाउंड वजनी, दो खंडों वाली 2,268 पृष्ठों की) में दुर्लभ जन्मचिह्न या विकृतियों को दर्शाने वाली तस्वीरें हैं, जिनका संबंध पिछले जन्मों से है। एक बर्मी लड़की का दाहिना पैर घुटने के ठीक नीचे से कटा हुआ था और उसे ट्रेनों से घोर भय था। उसे एक गरीब किशोरी का जीवन याद था जो रेलवे स्टेशन पर यात्रियों को गुलाब बेचती थी। एक ट्रेन ने उसे कुचल दिया और उसका दाहिना पैर कट गया। लड़की ने अपने जीवन का विस्तृत विवरण दिया।
उनके बयानों और स्वीकारोक्तियों ने परिवार को यह विश्वास दिला दिया कि वह ट्रेन से कुचलकर मारी गई किशोरी का साक्षात रूप थी।

जन्मचिह्नों के अन्य उदाहरणों में, जो पिछले जन्मों के शारीरिक प्रमाण प्रस्तुत करते हैं, एक भारतीय लड़के का मामला शामिल है जिसने याद किया कि उसकी छाती में बंदूक की गोली लगने से उसकी मृत्यु हुई थी। इस छोटे लड़के की छाती पर जन्मचिह्नों की एक श्रृंखला थी जो पोस्टमार्टम रिपोर्ट द्वारा सत्यापित घातक घावों के पैटर्न और स्थान से मेल खाती थी। एक अन्य बंदूकधारी पीड़ित को अस्पताल की रिपोर्ट से पुष्टि हुई कि उसके सिर के दाहिने हिस्से में बहुत करीब से गोली मारी गई थी। जिस तुर्की लड़के को अपना पिछला जीवन याद था, वह विकृत कान और चेहरे के दाहिने हिस्से के अविकसित होने के साथ पैदा हुआ था।
एक महिला की पीठ पर जन्म के समय बने तीन सीधी रेखाओं जैसे निशान थे। बचपन में उसे याद था कि कुल्हाड़ी से उसकी पीठ पर तीन वार करके उसकी हत्या कर दी गई थी। भारत में एक और लड़का केवल अपने दाहिने हाथ की उंगलियों के स्थान पर ठूंठ के साथ पैदा हुआ था—यह एक अत्यंत दुर्लभ स्थिति है। उसे अपने पिछले जीवन की याद थी जब चारा काटने की मशीन में उसकी उंगलियां कट गई थीं। (27)
जन्मचिह्नों और विकृतियों के बारे में साक्ष्य के संबंध में, जिनका कथित रूप से पिछले जन्म की चोटों से संबंध है, स्टीवेन्सन ने कहा, "मैं पुनर्जन्म को किसी मामले के लिए सर्वोत्तम स्पष्टीकरण के रूप में तभी स्वीकार करता हूं जब मैंने अन्य सभी - सामान्य और असाधारण - को खारिज कर दिया हो... मैं अपने योगदान को साक्ष्य को यथासंभव स्पष्ट रूप से प्रस्तुत करने के रूप में देखता हूं।"
प्रत्येक पाठक को साक्ष्य का सावधानीपूर्वक अध्ययन करना चाहिए—अधिमानतः मोनोग्राफ (पुनर्जन्म और जीवविज्ञान) में—और फिर अपने स्वयं के निष्कर्ष पर पहुंचना चाहिए।” (28)

निष्कर्ष और कार्रवाई के चरण
अनंत लेकिन समय-समय पर बदलते जीवनकाल के लिए मौजूद विविध प्रमाणों की प्रचुरता, ऊर्जा के अनंत प्राणियों के रूप में हमारी प्रकृति का एक और संकेत है। पाठकों को उल्लिखित संदर्भ ग्रंथों का अध्ययन करने और, जैसा कि स्टीवेन्सन ने सुझाव दिया है, मौजूदा प्रमाणों के आधार पर अपने स्वयं के निष्कर्ष निकालने के लिए प्रोत्साहित किया जाता है।

सुझाए गए कार्रवाई चरणों में निम्नलिखित शामिल हैं:
∞ इन विषयों पर अपने प्रियजनों, पादरी और चर्च या आध्यात्मिक सहायता समूहों के साथ चर्चा करें; अपने पिछले जन्म की यादों को साझा करें और दूसरों की यादों को सुनें।
∞ उद्धृत ग्रंथों में से इस विषय के बारे में और अधिक पढ़ें।
∞ इस बात पर विचार करें कि जीवन के चक्रीय अनुभवों का विचार आपकी व्यक्तिगत विश्वास प्रणाली के साथ कैसे मेल खाता है।
∞ किसी प्रमाणित चिकित्सक से पूर्व जन्म प्रतिगमन का अनुभव करें।
अपने क्षेत्र में प्रशिक्षित थेरेपिस्ट का पता लगाने के लिए इंटरनेशनल एसोसिएशन फॉर रिग्रेशन रिसर्च एंड थेरेपीज़ से संपर्क करें।

फ़ायदा

इस बात का दृढ़ ज्ञान होना कि जीना और मरना पूरी तरह से सुरक्षित, न्यायसंगत और उद्देश्यपूर्ण हैं।

मैंने जीवन, मृत्यु और परलोक से जुड़े सबसे अहम सवालों पर एक सर्वेक्षण किया। सैकड़ों जवाबों में से कई सवाल ऐसे थे जिनका जवाब 'क्यों' से जुड़ा था: “भगवान किसी को नरक में हमेशा के लिए जलने क्यों देते हैं? उन्होंने मेरे नन्हे बच्चे को क्यों ले लिया? भगवान धरती पर इतना अन्याय क्यों होने देते हैं? मुझे अपने जीवन का उद्देश्य क्यों नहीं पता चल पा रहा है? दूसरों की मदद करने के बारे में मैं इतना भ्रमित और निराश क्यों महसूस करता हूँ?”

अधिकांश उत्तरों में हृदयविदारक विवरण शामिल थे जो उनके प्रश्नों के पीछे छिपे अपार संघर्ष और पीड़ा को दर्शाते थे।

मैं इन बेहतरीन सवालों पर बाद में विचार करूंगा, लेकिन उससे पहले मेरा आपसे एक सवाल है।
अगर किसी रोलर कोस्टर के किनारे एक बोर्ड लगा हो तो क्या होगा: 'जो भी इस पर सवारी करेगा, उसकी मौत हो जाएगी। इसके अलावा, आपमें से अधिकांश लोग बाद में हमेशा के लिए जलकर राख हो जाएंगे।'
क्या आप ऐसी यात्रा करना चाहेंगे? बिलकुल नहीं। फिर भी, सुनने में भले ही यह हास्यास्पद लगे, लेकिन यह उस आम शिक्षा को दर्शाता है जो असीम ज्ञान और प्रेम से परिपूर्ण सृष्टिकर्ता अपनी रचना के लिए योजना बनाते हैं। इसीलिए इसमें कोई आश्चर्य नहीं कि इतने सारे लोग धर्म को लेकर भ्रमित हैं या उससे कोई वास्ता नहीं रखना चाहते। यह कोई रहस्य नहीं है कि इतने सारे लोग भय, अपराधबोध और शक्तिहीनता से जूझ रहे हैं।
दूसरी ओर, अगर बोर्ड पर लिखा होता: ‘इस रोलरकोस्टर पर सवार होने वाला हर व्यक्ति सुरक्षित रूप से अपनी यात्रा पूरी करेगा। हालांकि, रास्ते में कुछ रोमांच और डर जरूर होंगे। पटरियों पर उतार-चढ़ाव के दौरान कभी-कभी थोड़ा डर लग सकता है। लेकिन चिंता न करें। आप सभी सुरक्षित रूप से पहुंचेंगे और इस अनुभव से अधिक साहसी और समझदार बनेंगे।’
यह वर्णन पृथ्वी ग्रह पर जीवन के उतार-चढ़ाव भरे सफर का काफी सटीक वर्णन है। वास्तव में, यह उस ज्ञानवर्धक दृष्टिकोण के लिए एक सुंदर उपमा है जो तब उभरता है जब आप उस अदृश्य ऊर्जावान मैट्रिक्स को समझते हैं जो समस्त जीवन का आधार है।
अब प्रश्नों पर वापस आते हैं। साक्ष्य की नौ श्रेणियों के आधार पर, इन जायज़ चिंताओं पर काफी प्रकाश डाला गया है।

1. ईश्वर किसी को हमेशा के लिए नरक में जलने क्यों देगा? सबसे पहले, जैसा कि धर्म और आध्यात्मिकता इनपुट अध्याय में चर्चा की गई है, कई प्रमाण यह संकेत देते हैं कि कोई भी धधकती शाश्वत 'नरक' नहीं है।

‘ईश्वर’ ऐसा क्यों होने देता है, इस बारे में, हम जितनी अधिक ऊर्जा स्रोत को मानवीकरण करते हैं, उतनी ही कम सटीकता से हम उस घटना को समझ पाते हैं।
उपरोक्त प्रश्न एक ऐसे शासक की ओर इशारा करते हैं जिसे क्रोध प्रबंधन प्रशिक्षण की आवश्यकता है, एक ऐसा शक्तिशाली व्यक्ति जो जीवन के हर पहलू के बारे में सूक्ष्म निर्णय लेता है।

संचित साक्ष्यों में वर्णित शक्ति और उपस्थिति सर्वत्र, हर समय मौजूद है। लेकिन वह कोई कठपुतली नचाने वाला नहीं है जो लगातार हमारे जीवन को प्रभावित करने वाले तार खींचता रहता है: "यह मर जाता है, इसे वापस आना होगा, मैं इस पीड़ा को सहन कर सकता हूँ लेकिन उसे नहीं।"
और इसी तरह।

2. उसने मेरे बच्चे को क्यों ले लिया?
जीवन स्रोत की प्रकृति के बारे में भी यही बात लागू होती है। बच्चों के देहांत की बात करें तो यह बेहद दर्दनाक और असहनीय त्रासदी हो सकती है। मैं इसे कम करके नहीं आंक रहा हूँ। हालांकि, हर कोई—छोटे बच्चों सहित—ऊर्जा के अमर प्राणी हैं।
शायद वे प्राचीन आत्माएँ थीं और अपने मिशन को पूरा करने से पहले उन्हें पृथ्वी पर अधिक समय तक नहीं रहना पड़ा। शायद उन्होंने प्रेमवश स्वेच्छा से कष्ट सहने का निर्णय लिया, ताकि लोगों को यह पता चल सके कि हम अपने शरीर और अपने ग्रह के साथ क्या कर रहे हैं। नन्हे बच्चों की आत्माओं द्वारा दुनिया को बदलने के अनेक कारण हो सकते हैं।
इस प्रश्न में प्रयुक्त शब्द सटीक नहीं हैं। इसीलिए, इतिहास में बहुत कम लोग इसका संतोषजनक उत्तर दे पाए हैं।

3. ईश्वर पृथ्वी पर इतना अन्याय क्यों होने देता है? सृष्टिकर्ता के स्वभाव के बारे में भी यही बात लागू होती है। अन्याय तभी अन्यायपूर्ण प्रतीत होता है जब आप जीवन के पूरे स्वरूप के बजाय उसके एक छोटे से हिस्से को देखते हैं।

अनंतकाल बहुत लंबा समय है; भले ही इस नश्वर संसार में ऐसा प्रतीत न हो, न्याय अवश्य ही होता है। कर्म के सिद्धांत ब्रह्मांड की कार्यप्रणाली को दर्शाते हैं; जैसा बोओगे वैसा काटोगे, यह अटल सत्य है।

4. मुझे यह क्यों नहीं पता कि मेरे जीवन का उद्देश्य क्या है? और…
5. दूसरों की मदद करने के बारे में मुझे इतना भ्रमित और निराश क्यों महसूस होता है?
ये दोनों सवाल मूलतः एक ही हैं। क्या आपको रोलर-कोस्टर का पहला संकेत याद है? जीवन को इसी तरह से व्यवस्थित मानने का स्वाभाविक परिणाम है भ्रमित और शक्तिहीन महसूस करना।

इसलिए, एक महत्वपूर्ण उपाय है प्रार्थना और ध्यान करना ताकि भीतर की उस शांत आवाज़ से जुड़ सकें। फिर अपने हृदय और अंतर्मन की समझ का परीक्षण करें और स्वयं तय करें कि आपके लिए क्या सही है। सृष्टिकर्ता, मोक्ष और सर्वोपरि वास्तविकता के बारे में अनेक धार्मिक मत हैं। ये सभी सही नहीं हो सकते। आपको सबसे सत्य क्या लगता है?

सुरक्षा और विश्वास के वातावरण में परमपिता के साथ व्यक्तिगत संबंध का आनंद लेना, अपने जीवन के उद्देश्य को स्पष्ट रूप से जानने के लिए एक पूर्व शर्त है। जब आप जानते हैं कि जीवन के उतार-चढ़ाव पूरी तरह से सुरक्षित हैं,

आप अपनी भूमिकाओं को बेहतर ढंग से समझ सकते हैं और इस सफर का आनंद ले सकते हैं। समीक्षा लाभ
#4 इस बारे में है कि आप अपनी आत्मा के उद्देश्य को कैसे पहचानें और दूसरों की सर्वोत्तम सेवा कैसे करें।
यह जानना कि जीना और मरना पूरी तरह से सुरक्षित, न्यायसंगत और उद्देश्यपूर्ण हैं, आपको हर दिन का सामना करने की अनुमति देता है - चाहे आपकी बाहरी परिस्थितियां कैसी भी हों - विश्वास, साहस, स्पष्टता और गरिमा के साथ।

प्रत्यक्ष अनुभव और जानने के अन्य तरीके

ग्यारह साल की उम्र में, मैं अपने परिवार के साथ चर्च की प्रार्थना सभा में बैठा था। उस सुबह, पादरी ने नरक का ज़िक्र किया।
एक भयानक, अनंत यातना स्थल। जैसे-जैसे वह बोलता गया, मेरे भीतर और—उस समय ऐसा लगा जैसे—मेरे चारों ओर एक प्रेमपूर्ण और ज्ञानवर्धक विचार या आवाज़ गूंज उठी: “मार्क, वे भ्रमित हैं। परमेश्वर की समस्त उद्धार योजना में ऐसे स्थान की कोई आवश्यकता नहीं है।”
यह देखने के लिए कि क्या किसी और ने भी यह आवाज़ सुनी है, मैंने चारों ओर देखा और पाया कि मेरा परिवार और मंडली के अन्य सदस्य सीधे आगे देखते रहे। अजीब न दिखने के लिए, मैंने इस बारे में कुछ नहीं कहा, लेकिन उसके बाद से जीवन काफ़ी बदल गया। पहली बार, मैंने इस संभावना पर विचार किया कि पादरी लोग केवल अपने प्रशिक्षण में सीखी हुई बातें ही बता रहे थे। मुझे एहसास हुआ कि वे भी मेरी तरह ही आम इंसान हैं और नरक और अन्य विषयों पर उनकी राय गलत हो सकती है। यहीं से मुझे अपने प्रत्यक्ष अनुभवों पर भरोसा करने की सीख मिली।

कई लोगों के लिए, प्रत्यक्ष अनुभव ही उनकी शाश्वत आत्मा के स्वरूप का सबसे अकाट्य प्रमाण होता है। नास्तिक, वैज्ञानिक भौतिकवादी और संकीर्ण सोच वाले संशयवादी उन लोगों को मना नहीं सकते जिन्होंने सर्वस्व के साथ अपनी मूलभूत एकता का अनुभव किया है। इस प्रकार, व्यक्तिपरक होने के बावजूद, यह प्रमाणों की सबसे व्यक्तिगत रूप से आश्वस्त करने वाली श्रेणियों में से एक है।

जैसा कि इमैनुएल स्वीडनबर्ग ने कहा, “सिर्फ इसलिए मुझ पर विश्वास मत करो क्योंकि मैंने स्वर्ग और नरक देखा है, स्वर्गदूतों से बात की है… मुझ पर विश्वास करो क्योंकि मैं तुम्हें वही बता रहा हूँ जो तुम्हारी चेतना और अंतर्ज्ञान तुम्हें बताएंगे यदि तुम उनकी आवाज़ को ध्यान से सुनोगे।” (1) अधिक से अधिक लोग सूक्ष्म विवेक का उपयोग करके वास्तविकता के उस विशाल विस्तार को समझने का प्रयास कर रहे हैं जिसे अक्सर इंद्रियों द्वारा अनुभव नहीं किया जा सकता। व्यापक वास्तविकता को समझने के अन्य तरीकों का वर्णन करने वाले शब्दों में शामिल हैं: अंतर्ज्ञान, आंतरिक वाणी, गहरी समझ, टेलीपैथिक श्रवण और मन की दृष्टि से देखना। यीशु के बारे में कहा जाता है कि वे ऐसे कानों से सुनते हैं जो वास्तव में सुनते हैं और ऐसी आँखों से देखते हैं जो वास्तव में देखती हैं। इंद्रियों से परे की दुनिया— वास्तविकता का वह विशाल भाग जिसे आमतौर पर पाँच इंद्रियों द्वारा अनुभव नहीं किया जा सकता—को अन्य तरीकों से भी अनुभव किया जा सकता है।

बचपन का ज्ञान
कुछ बच्चों को पृथ्वी पर आने से पहले की अपनी स्थिति स्पष्ट रूप से याद रहती है। जैसे ही वे संवाद करने में सक्षम होते हैं—आमतौर पर लगभग एक वर्ष की आयु में—
तीन—ये छोटे बच्चे पृथ्वी से पहले के लोकों को याद करने और ऊर्जावान प्राणियों को देखने की बात बताते हैं।
छोटे बच्चों की आत्माएं हाल ही में संभावनाओं के क्षेत्र से बाहर निकली हैं, इसलिए उन्हें वास्तविक स्थान की याद रहती है और वे व्यापक वास्तविकता को बेहतर ढंग से समझ पाते हैं। उदाहरण के लिए, पांच साल की उम्र में मैंने अपने माता-पिता से कहा था कि एक खूबसूरत सूर्यास्त मुझे सृष्टिकर्ता की याद दिलाता है।
एक और निजी अनुभव तब हुआ जब मेरी छोटी बेटी चार साल की थी। उसकी माँ और मैंने उसे सोने से पहले कहानी सुनाई, तो वह सो गई और धीरे से बोली: “मुझे याद है जब मैं तुम्हारे साथ नहीं थी। सूरज हमेशा चमकता था, कभी बारिश नहीं

होती थी, और मैं हमेशा सुंदर कपड़े पहनती थी। और हाँ, ग्रेग भी था!” (ग्रेग प्री-स्कूल का उसका दोस्त था, जिसके साथ मेरी तुरंत ही गहरी आत्मीयता हो गई थी।) फिर उसने बोलना बंद कर दिया।
हमने इंतजार किया, फिर धीरे से उससे पूछा, "हमें और बताओ, तुम्हें और क्या याद है?" हमारे सवालों ने उसे जगा दिया और उसने कहा, "ओह, मैं सपना देख रही थी।"
पश्चिमी संस्कृतियों में, ऐसी रिपोर्टों को अक्सर गंभीरता से नहीं लिया जाता है, या इससे भी बदतर, उनका उपहास किया जाता है और उन्हें दंडित किया जाता है। लगभग छह साल की उम्र में, बच्चे आमतौर पर शारीरिक गतिविधियों के प्रति अधिक जागरूक हो जाते हैं।

दुनिया से अलग-थलग पड़कर जीवन के उस विशाल हिस्से से संपर्क खो देते हैं जिसे कई वयस्क महसूस नहीं कर पाते। ऐसा निम्न कारणों से हो सकता है:
1. औपचारिक शिक्षा में तार्किक और विश्लेषणात्मक सोच पर केंद्रित मस्तिष्क के बाएं हिस्से की आवश्यकता होती है जो अधिक सूक्ष्म वास्तविकताओं को छानकर अलग कर देती है।
2. बच्चे अधिक संरचित गतिविधियों में संलग्न होते हैं और उनके पास उन सहज कल्पनाओं के लिए कम समय होता है जो असंवेदी वास्तविकताओं को समझती हैं।
3. उपहास का अधिक भय और समाज में घुलमिल जाने की अधिक इच्छा

मैंने डॉ. वेन डायर से पूछा कि उन्हें पहली बार कब यह अहसास हुआ कि वे एक आत्मा हैं। उन्होंने उत्तर दिया: “मुझे लगता है कि जब से मैं बोलने और सोचने लगा हूँ, तब से मुझे यह पता है। एक छोटे बच्चे के रूप में भी, मैं जानता था कि इससे कहीं अधिक कुछ है। मैं जानता था कि दर्द में कैसे नहीं रहना है, मैं जानता था कि साक्षी भाव कैसे विकसित करना है। यह लगभग अपने शरीर को छोड़ने जैसा है, आप इसके पीछे चले जाते हैं और बस इसे देखते हैं। मैंने दस साल एक अनाथालय में बिताए और कई बार यह अकेलापन और उदासी भरा था। मैं पीछे हटकर, जो मैं देख रहा था, उसका अवलोकन करने के बजाय, एक प्रेक्षक बनने में सक्षम था। मुझे लगता है कि यह उच्च चेतना, आत्मा चेतना का एक बड़ा हिस्सा है।” (2)

समय और संस्कृतियों के अनेक प्रमाण अलौकिक प्राणियों की उपस्थिति का संकेत देते हैं। बच्चे कभी-कभी अदृश्य लोकों के निवासियों, जैसे देवदूतों, मार्गदर्शक आत्माओं और प्रियजनों (मनुष्यों और पालतू जानवरों) को महसूस करते हैं, जिन्होंने अपने संसार को बदल दिया है। शायद अब समय आ गया है कि हम इस पर विचार करें।
बच्चों के ‘काल्पनिक खेल मित्रों’ पर अधिक विश्वास करें और उनकी अलौकिक कल्पनाओं और यादों का उपहास करने के बजाय उन्हें प्रोत्साहित करें। संवेदनशीलता से चर्चा करने पर ये विषय बच्चों को भ्रमित या परेशान नहीं करेंगे, बल्कि उन्हें आश्वस्त करेंगे कि उनकी धारणाएँ सही हो सकती हैं।

एकता चेतना की झलक
व्यक्तिगत अनुभव एकता की चेतना की झलक प्रदान करते हैं, जिससे यह गहरी अनुभूति होती है कि आप समस्त जीवन के साथ एक हैं। सभी धर्म और आध्यात्मिक ज्ञान के स्रोत आपको सर्वस्व के आधार से अपनी एकता को जानने के लिए प्रोत्साहित करते हैं। आप स्वभाव से ही एक आत्म-जागरूक प्राणी हैं जो सर्वस्व से अपने अंतर्संबंध को महसूस कर सकते हैं और प्रदर्शित कर सकते हैं।
चेतना का उच्चतम स्तर – एकता या ब्रह्मांडीय चेतना – यह स्वीकार करता है कि वास्तव में कोई भी एक दूसरे से और स्रोत से अलग नहीं है। हम सब जुड़े हुए हैं और एक हैं। जैसा कि कवि रूमी ने कहा, “मैं, तुम, मुझे,

वह, वह, वे; ये ऐसे भेद हैं जो रहस्यवादी के उद्यान में मौजूद नहीं होते। केन विल्बर ने अपनी पुस्तक 'नो बाउंड्री: ईस्टर्न एंड वेस्टर्न अप्रोचेस टू पर्सनल ग्रोथ' में कहा है, "एकता चेतना अन्य अनुभवों में से कोई विशेष अनुभव नहीं है, न ही यह छोटे अनुभवों के विपरीत कोई बड़ा अनुभव है... बल्कि, यह वर्तमान अनुभव की हर लहर है, जैसी वह है... सच्चे ऋषि कहते हैं कि परम सत्य तक पहुँचने का कोई मार्ग नहीं है, एकता चेतना प्राप्त करने का कोई तरीका नहीं है... परम सत्य तक पहुँचने का कोई साधन नहीं है, कोई तकनीक नहीं

है, कोई मार्ग नहीं है, और ऐसा इसलिए है क्योंकि इसका स्वभाव सर्वव्यापी होना है, हर जगह और हर समय मौजूद रहना है।"
…यह वर्तमान अनुभव ही है जो हमेशा हमारी खोज की कुंजी रखता है।” (3)
हाल ही में एक लंबे पुल से गुज़रते हुए, मुझे एकांत का एक अनमोल अनुभव हुआ। ऊपर देखते ही मुझे डूबते सूरज के सामने हंसों का एक झुंड उड़ता हुआ दिखाई दिया। फिर मैंने नदी और उसके बर्फ से ढके किनारों पर नज़र डाली। पूरा दृश्य इतना जाना-पहचाना सा लगा, मानो मैंने ही इस पूरे नज़ारे को रचने में मदद की हो। मुझे तुरंत ही जीवन के साथ एकांत और गहरी शांति का अहसास हुआ। आपने शायद ऐसे पल का अनुभव किया होगा। ये पवित्र अनुभव आपको याद दिला सकते हैं कि जीवन के सभी चरणों का एक अर्थ होता है। क्षणिक झलकियाँ आपकी सामान्य अवस्था में परिवर्तित हो सकती हैं, एक ऐसा परम ज्ञान जो मृत्यु के अस्तित्व को नकारता है। आपका वास्तविक स्वरूप इस समय एकता चेतना से अटूट रूप से जुड़ा हुआ है। ज्ञानोदय का अर्थ कुछ ऐसा बनना नहीं है जो आप नहीं हैं, बल्कि यह याद रखना है कि आप वास्तव में कौन हैं।
बाइबल में यूहन्ना 17:21 इस विषय को दर्शाता है कि आप अभी इसी क्षण अनंत बुद्धि के साथ एक हैं। इस अंश में कहा गया है कि यीशु ने प्रार्थना की, "...कि वे सब एक हों; जैसे हे पिता, तू मुझमें है और मैं तुझमें, वैसे ही वे भी हममें एक हों..." मुझे पूरा विश्वास है कि दो सहस्राब्दियों के परिवर्तनों और अनुवादों से पहले ही ऐसा संभव था।
उनका कथन था: "ताकि वे भी मेरी तरह यह जान सकें कि वे सदा पिता के साथ एक हैं।"
यही भाव अन्य धर्मों में भी प्रतिध्वनित होता है, उदाहरण के लिए, इस्लाम में "सब कुछ अल्लाह है", हिंदू धर्म में "मैं वही हूँ" और यहूदी धर्म में "हे इस्राएल, सुनो, तेरा परमेश्वर एक है"। भगवद्गीता में कहा गया है, "वे ही बुद्धिमान हैं जो स्वयं को सर्वस्व में और सर्वस्व को अपने में देखते हैं।"
यह अहसास कि आप एकात्मक चेतना का अभिन्न अंग हैं, चेतना के समाप्त होने से संबंधित सभी प्रश्नों को निरर्थक बना देता है। आपका वास्तविक स्वरूप शाश्वतता में मजबूती से स्थापित है। आपकी आत्मा ऐसी है जैसे

पानी की एक बूँद और ईश्वर सागर के समान हैं। इस प्रकार, आप उस घटना का अभिन्न, अनंत और शाश्वत हिस्सा हैं। जैसा कि उपनिषदों में कहा गया है, “प्रकाशमान आत्मा हृदय में छिपी रहती है। ब्रह्मांड में सब कुछ, बड़ा और छोटा, आत्मा में निवास करता है। वह जीवन का स्रोत है, इस संसार की क्षणभंगुरता से परे सत्य है।” (4)
समस्त जीवन के साथ अपने अंतर्संबंध की जागरूकता आपको भौतिक शरीर के साथ अत्यधिक एकात्मता से बचने में मदद करती है, जो संसार परिवर्तन के समय नष्ट हो जाता है। जैसा कि भगवद्गीता में सिखाया गया है: “
सर्वज्ञ आत्मा का न तो कभी जन्म हुआ है और न ही उसकी मृत्यु होगी। कारण और परिणाम से परे, यह आत्मा शाश्वत और अपरिवर्तनीय है। शरीर के मरने पर भी आत्मा नहीं मरती। यदि वध करने वाला यह मानता है कि वह वध कर सकता है या वध किया जाने वाला यह मानता है कि उसका वध किया जा सकता है, तो दोनों में से कोई भी सत्य को नहीं जानता। (5)
एक बार जब आप इस वास्तविकता को, चाहे आंशिक रूप से ही सही, समझ लेते हैं, तो जीवन पूरी तरह बदल जाता है। तब आप सोचने लगते हैं कि यह खुशखबरी पहले क्यों नहीं दिखाई दी, जबकि जीवन के सभी पहलू इसे स्पष्ट रूप से प्रकट करते हैं। 1970 के दशक के रॉक ओपेरा और फिल्म 'जीसस क्राइस्ट सुपरस्टार' ने इस बात को बहुत अच्छे से समझाया। जब कैफास ने यीशु को अपने अनुयायियों और उनके उत्सव को समाप्त करने का आदेश दिया, तो यीशु ने उत्तर दिया: "भीड़ पर विलाप करके अपनी ऊर्जा क्यों बर्बाद कर रहे हो? चिल्लाहट को रोकने के लिए कुछ नहीं किया जा सकता।"
अगर हर जीभ शांत हो जाए, तब भी शोर जारी रहेगा। चट्टानें और पत्थर खुद ही गाने लगेंगे।
वास्तव में, जीवन के साथ आपकी एकता का महान समाचार जागृति के साथ-साथ स्पष्ट होता जाता है। इसीलिए स्वयं की सर्वोत्तम देखभाल करना और एकाग्रता के अभ्यासों का पालन करना अत्यंत महत्वपूर्ण है। जैसा कि चर्चा की गई है, जब आप बीमार, थके हुए, उदास या दर्द में होते हैं, तो अपने अनंत स्वरूप से जुड़ना और उसके अनुसार जीवन जीना कठिन होता है। जब आप अधिक प्रसन्न, स्वस्थ, ऊर्जावान और जागरूक होते हैं, तब आप जीवन की भव्यता और समृद्धि के प्रवाह में होते हैं।

केंद्रित अभ्यास
ध्यान और प्रार्थना, परम वास्तविकता की स्पष्ट समझ के लिए अत्यंत महत्वपूर्ण हैं। विलियम ब्लेक ने कहा था, "यदि बोध के द्वार शुद्ध हो जाएँ, तो मनुष्य को सब कुछ अपने वास्तविक स्वरूप में, अनंत रूप में दिखाई देगा।" प्रतिदिन मन को शांत करने के महत्व के बारे में फादर थॉमस कीटिंग ने कहा था, "मौन ही ईश्वर की भाषा है, और बाकी सब उसका विकृत अनुवाद है।"

परमहंस योगानंद ने कहा, “आपको ऐसा क्यों सोचना चाहिए कि वह सर्वत्र विद्यमान नहीं है? हवा संगीत से भरी हुई है जिसे आत्माएं ग्रहण करती हैं।” रेडियो—ऐसा संगीत जिसके बारे में आपको अन्यथा पता ही नहीं चलता। और यही बात ईश्वर के साथ भी है। वह आपके जीवन के हर पल आपके साथ है, फिर भी इसे महसूस करने का एकमात्र तरीका ध्यान करना है।
प्रार्थना और ध्यान के अलावा, अन्य आत्म-संतोषजनक अभ्यासों में शामिल हैं: योग, दूसरों की सेवा, स्वयं की बेहतर देखभाल, प्रियजनों के साथ समय बिताना, बागवानी, मंत्रोच्चार, श्वास व्यायाम, ढोल बजाना, पालतू जानवरों के साथ खेलना, बुजुर्गों के साथ समय बिताना, आध्यात्मिक अध्ययन, सिलाई, व्यायाम, कताई, बॉडीवर्क, ताई ची और क्यूई गोंग जैसी ऊर्जा गति अभ्यास, अनुभवात्मक सेमिनार, गर्म स्नान, प्रेम करना, गहन विश्राम, शमैनिक ट्रान्स कार्य और नृत्य।
ये गतिविधियाँ मस्तिष्क की अनावश्यक हलचल को अस्थायी रूप से शांत करती हैं और आपको यह अहसास कराती हैं कि आप शाश्वतता में कितनी सुरक्षित रूप से समाहित हैं। ये आपको उन अद्भुत, कालातीत क्षणों तक पहुँच प्रदान करती हैं जो आपके वास्तविक स्वरूप को याद दिलाने में सहायक होते हैं।
अपनी इंद्रियों को भीतर की ओर मोड़ने के महत्व के बारे में, ह्यूस्टन स्मिथ, पीएच.डी. ने कहा: "भौतिक दुनिया के लिए सेतु के रूप में वे (आपकी पांच इंद्रियां) अमूल्य हैं, लेकिन योगी कुछ और खोज रहा है।"
अधिक रोचक लक्ष्य की खोज में—वह आंतरिक ब्रह्मांड जिसमें, रिपोर्टों के अनुसार, जीवन के रहस्य का अंतिम रहस्य छिपा है—योगी इंद्रियों पर किसी प्रकार का आक्रमण नहीं चाहता… क्योंकि योगी जीवन के बाहरी आवरण की नींव की खोज में लगा रहता है। इसके भौतिक स्वरूप के पीछे, जहाँ हम जीवन और

मृत्यु के खेल का अनुभव करते हैं, योगी एक ऐसे गहरे जीवन की तलाश करता है जो मृत्यु को नहीं जानता।” (6)
भारत के महान संत श्री रामकृष्ण से पूछा गया: “क्या आप ईश्वर में विश्वास करते हैं, महोदय?” उन्होंने उत्तर दिया, “हाँ।” “क्या आप इसे सिद्ध कर सकते हैं, महोदय?” “हाँ।” “कैसे?” “क्योंकि मैं उन्हें ठीक वैसे ही देखता हूँ जैसे मैं आपको यहाँ देखता हूँ, बल्कि और भी अधिक तीव्रता से।”
1997 में सुबह 5:30 बजे एक लंबे योग और ध्यान सत्र के दौरान मुझे जीवन स्रोत का बहु-इंद्रिय अनुभव हुआ।
मन ही मन ओम मंत्र का जाप करते हुए, उसी ध्वनि का एक और भी गहरा और प्रभावशाली स्वर मेरे भीतर और मेरे चारों ओर गूंज उठा। यह इतना वास्तविक था कि मुझे लगा जैसे आंखें खोलने पर मुझे एक विशाल गायन मंडली दिखाई देगी। फिर मुझे ताजे फूलों की खुशबू महसूस हुई, हालांकि यह रात का समय था। सर्दी का मौसम था और सुगंध का कोई स्रोत नहीं था। फिर, मेरी आँखें बंद होने के बावजूद, मैंने अपने मन में एक चमकदार सुनहरी-सफेद रोशनी देखी। तब मुझे दिव्य प्रेम, स्वीकृति और अनुभूति हुई।

समझ में आ गया। अंत में, मेरे पूरे शरीर में एक हल्का विद्युत प्रवाह दौड़ गया।
यह सब इतना अद्भुत था कि मेरी आँखों में आँसू आ गए। ऐसा लगा जैसे मुझमें सूचना और ऊर्जा का संचार हो रहा हो। शक्ति और वैभव इतना प्रबल था कि कुछ ही मिनटों में मुझे लगा कि मैं इस प्रवाह को सहन नहीं कर पा रही हूँ। मैंने धीरे से कहा, "हे भगवान!" और हँसने लगी। फिर वह अनुभव समाप्त हो गया। लेकिन वह मधुर स्मृति मुझे जीवन की चुनौतियों से पार पाने में मदद करती है और मुझे याद दिलाती है कि चाहे परिस्थितियाँ कैसी भी हों, मैं हमेशा अपने घर में हूँ और उस एक के साथ एक हूँ।
उस घटना से मुझे यह सीख मिली कि मैं लंबे समय तक उच्च ऊर्जाओं का प्रत्यक्ष अनुभव करने के लिए तैयार नहीं था। उस स्तर की शक्ति ने मुझे पूरी तरह से झकझोर दिया। मुझे लगा कि मेरा तंत्रिका तंत्र उस ऊर्जा को सहन करने के लिए पर्याप्त मजबूत नहीं है। वह अनुभव आज भी मुझे एक स्वस्थ और परिष्कृत जीवन जीने के लिए प्रेरित करता है ताकि मैं उन उच्च ऊर्जाओं के लिए एक माध्यम बन सकूं।

एकाग्रता अभ्यासों का मुख्य उद्देश्य यही है: प्रकाश की ओर बढ़ने के लिए प्रयास करना नहीं, क्योंकि प्रकाश तो हमेशा उपलब्ध है। एकाग्रता तकनीकें आपकी धारणा की शक्ति और स्पष्टता को बढ़ाती हैं, जिससे आप वास्तविकता को अधिक सटीक रूप से समझ पाते हैं। आपका सच्चा और अनंत स्वरूप ऊर्जा, प्रेम, प्रकाश, बुद्धि, शांति, सौंदर्य, रचनात्मकता और आनंद है। कुछ अभ्यास आपको इस सत्य को याद रखने और जीने में मदद करते हैं।
श्वास-प्रक्रिया एक प्राचीन और अंतरसांस्कृतिक तरीका है जिससे आप अपने शाश्वत स्वरूप को गहराई से जान सकते हैं और प्रत्यक्ष रूप से प्रदर्शित कर सकते हैं। अरामी भाषा में इसका अर्थ है...
हिब्रू भाषा में, आत्मा और श्वास शब्दों का प्रयोग एक दूसरे के स्थान पर किया जाता था। चीनी शब्द ची और जापानी शब्द की का अर्थ जीवन शक्ति, आत्मा और श्वास होता है। श्वास लेने की तकनीकें सरल और शक्तिशाली हैं, जो बेहतर जीवन जीने में सहायक होती हैं।
आप SoulProof.com पर शॉप सेक्शन में उपलब्ध मेरे ऑडियो उत्पाद के साथ या स्टैन ग्रोफ, जैकलिन स्मॉल, रस्टी बैरियर और टॉम गूडे जैसे अन्य शिक्षकों से होलिस्टिक ब्रीदिंग का अनुभव कर सकते हैं।
पिछले कई वर्षों में मैंने अनेक लोगों के साथ समग्र श्वास-प्रक्रिया सत्र आयोजित किए हैं और इसके अद्भुत लाभ देखे हैं। एक साठ वर्षीय महिला पंद्रह मिनट तक भ्रूण की मुद्रा में लेटकर लगातार रोती रही। फिर वह सत्र के शेष समय के लिए एकदम शांत और स्थिर हो गई। बाद में, मैंने उससे पूछा कि उसने क्या अनुभव किया। शांत समय के दौरान, उसने अपने प्रियजनों - अपने पति, माता-पिता और कई पालतू जानवरों - को याद किया, जो अब इस दुनिया में नहीं थे। उसने दृढ़ता से कहा, "मैं पूरी तरह से आश्वस्त हूँ।"

मैं सचमुच उनसे एक अलग ही आयाम में मिल रहा था। यह सिर्फ मेरी कल्पना नहीं थी।
श्वास-प्रक्रिया में भाग लेने वाले कई लोगों ने सत्रों के दौरान उच्चतर लोकों की यात्रा का अनुभव होने की बात कही है। उनकी रिपोर्टें निकट भविष्य के अनुभवों (एनडीईआर) से काफी मिलती-जुलती थीं: प्रकाशमय प्राणियों का आभास होना, गहरी शांति का अनुभव होना, प्रकाश द्वारा आलिंगन किया जाना और जागृत चेतना में लौटने की अनिच्छा। कुछ प्रतिभागियों ने ऊर्जावान उपचार

का अनुभव किया, जबकि अन्य ने महसूस किया कि उनके लिए महत्वपूर्ण जानकारी प्राप्त हो रही है।
दक्षिण कैरोलिना की एक सत्तर वर्षीय महिला, जिनकी पैंतालीस वर्षीय बेटी का हाल ही में देहांत हो गया था, ने शायद श्वास क्रिया के परिवर्तनकारी प्रभाव का सबसे अच्छा वर्णन किया। बहुत सारे दर्द और दुख को आँसू बहाते हुए विदारक होने के बाद, उन्हें पूरा विश्वास हो गया कि उनकी बेटी एक ऐसी महान आत्मा थी जिसे अपने लक्ष्य को प्राप्त करने के लिए लंबे जीवन की आवश्यकता नहीं थी।
उद्देश्य। इस महिला को अपनी बेटी के निधन के बारे में एक नई शांति और स्वीकृति का अनुभव हुआ। उन्होंने बताया, "मैं पहले सोचती थी कि मैं उसे सिखाने के लिए यहाँ हूँ, लेकिन अब मुझे पता है कि वह मुझे सिखाने के लिए यहाँ थी।"
शायद आपने प्राच्य कला में किसी बुद्धिमान ऋषि को पुल पर खड़े होकर नीचे बहती नदी को भावहीन भाव से देखते हुए देखा होगा। ध्यान केंद्रित करने की तकनीकों का नियमित उपयोग नदी के प्रवाह का प्रत्यक्ष अनुभव प्रदान करता है।
जीवन की परिपूर्णता। इस प्रत्यक्षदर्शी अवस्था से, आप शांत भाव से, फिर भी जोश के साथ, जीवन के सभी परिवर्तनों में भाग ले सकते हैं, साथ ही अपनी महान प्रकृति और क्षमता को गहराई से याद रख सकते हैं।
एकाग्रता संबंधी अभ्यासों के महत्व के बारे में इन कथनों पर विचार करें: ◆ पास्कल: मनुष्य के सभी दुख इस बात से उत्पन्न होते हैं कि वह अकेले कमरे में शांति से बैठ नहीं सकता।
◆ पाइथागोरस: चुप रहना सीखो। अपने शांत मन को सुनने और आत्मसात करने दो। ◆ जॉन डोने: क्या तुम ईश्वर से प्रेम करोगे, जैसे वह तुमसे प्रेम करता है? तो हे मेरी आत्मा, इस सुखदायक ध्यान को आत्मसात करो: कैसे ईश्वर, आत्मा, स्वर्ग में स्वर्गदूतों द्वारा सेवा करते हुए, तुम्हारे हृदय में अपना मंदिर बनाता है।
◆ रूमी: हम दोनों, उस ज्ञानी व्यक्ति और मैं, चुपके से बातें कर रहे थे। मैंने कहा, 'मुझे दुनिया के रहस्य बताओ।' उन्होंने कहा, 'चुप रहो, मौन को ही दुनिया के रहस्य बताने दो।'

व्यावहारिक बुद्धि
शारीरिक मृत्यु के बाद भी आपका सार जीवित रहता है, यह बात बिल्कुल स्वाभाविक है। क्रिस ओइलर की पुस्तक 'गो टुवर्ड द लाइट' में इस बात को खूबसूरती से व्यक्त किया गया है, जिसमें उन्होंने अपने नौ वर्षीय बेटे के रक्त आधान से एड्स होने के बाद हुए निधन के क्षणों का वर्णन किया है: “कमरा बेन से भरा हुआ था। वह हर जगह हमारे आसपास मौजूद था। स्नेह और प्रेम से भरा हुआ। वह कुछ पल के लिए अलविदा कहने के लिए रुका था। हमें यह बताने के लिए कि चिंता न करें, डरने की कोई बात नहीं थी, और कभी नहीं थी… और आप जानते हैं कि वह सारी ऊर्जा और प्रेम बिना किसी निशान के यूं ही गायब नहीं हो सकता।” (7)
स्विस घड़ी का उदाहरण एक तर्कसंगत उदाहरण है जो एक बुद्धिमान सर्वोच्च शक्ति के अस्तित्व और इस प्रकार समस्त सृष्टि के लिए एक अच्छे और न्यायपूर्ण परिणाम की पुष्टि करता है। इस बुद्धिमान रचना दर्शन के तर्क का अनुसरण करते हुए, कल्पना कीजिए कि आप सड़क पर चल रहे थे और आपको ज़मीन पर एक महंगी स्विस घड़ी मिली। क्या आप यह निष्कर्ष निकालेंगे कि घड़ी अनायास ही बनी और आकाश से गिर गई?
या फिर आपको यह संदेह हो सकता है कि किसी संगठित बुद्धि ने, जैसे कि एक कुशल घड़ीसाज ने, घड़ी बनाई और किसी ने उसे खो दिया?
इसी प्रकार, मानव शरीर, प्रकृति और ब्रह्मांड में मौजूद अद्भुत जटिलता और बुद्धिमत्ता पर विचार करें—जो वृहद और सूक्ष्म दोनों स्तरों पर स्पष्ट है। एक समान रूप से भव्य सृजनात्मक शक्ति का संकेत मिलता है। क्या आपको नहीं लगता कि इस अनंत बुद्धि के पास सभी मनुष्यों के लिए एक समान रूप से बुद्धिमान और न्यायपूर्ण योजना है?
परमहंस योगानंद ने लिखा, “मृत्यु अभिनेताओं-आत्माओं को नई भूमिकाएँ देती है ताकि वे जीवन के रंगमंच पर नए नाटकों में अभिनय कर सकें।” मृत्यु और परिवर्तन के लिए यह कितना संक्षिप्त और तर्कसंगत स्पष्टीकरण है! कल्पना कीजिए कि अगर जीवन में कोई बदलाव न होता तो आप कितने ऊब जाते!
हमेशा एक जैसा ही रहता था। आप कुछ नया नहीं सीखते थे और न ही आपको कोई चुनौती मिलती थी या मनोरंजन होता था। कभी-कभी आप शायद चाहते हों कि समय रुक जाए, लेकिन निरंतर एकरूपता विकास और सेवा के अवसरों को रोक देती है।

आध्यात्मिक गुरु, प्रत्यक्षदर्शी माध्यम और नैदानिक प्रमाण बताते हैं कि जीवन में कोई दुर्घटना नहीं होती। उनका मानना है कि हर घटना के पीछे एक पूर्ण और सटीक अर्थ छिपा होता है। इसे स्वीकार करना कभी-कभी कठिन होता है, उदाहरण के लिए जब बच्चे इस दुनिया से चले जाते हैं या सामूहिक मृत्यु घटित होती है।

जब मैंने वेन डायर से इस अवधारणा के बारे में पूछा कि कोई दुर्घटना या त्रासदी नहीं होती, तो उन्होंने जवाब दिया:
मृत्यु तभी त्रासदी है जब आप मानते हैं कि मरना त्रासदी है। यह त्रासदी नहीं है यदि आप समझते हैं कि हर कोई आता है और अपने समय पर चला जाता है। ऐसा माना जाता है। हमारा अहंकार और हमारी विचारधाराएँ कहती हैं कि बच्चों को नहीं मरना चाहिए और किसी को भी एक सौ छह साल की उम्र तक जीवित नहीं रहना चाहिए और रात को सोते समय उनकी मृत्यु नहीं होनी चाहिए। लेकिन ब्रह्मांड ऐसे काम नहीं करता। हम यहाँ उतने ही समय के लिए आते हैं जितने समय के लिए हमें यहाँ रहना होता है।
यह एक बुद्धिमान प्रणाली है जिसका हम सभी हिस्सा हैं। ज़रा एक पल के लिए कल्पना कीजिए: मान लीजिए आपके पास एक कबाड़खाना है जिसमें लगभग दस मिलियन पुर्जे हैं। वहाँ टॉयलेट सीट, टूटे हुए कांच, तार, पाइप और हर तरह के गद्दे, पेंच, नट-बोल्ट आदि हैं। अचानक, एक तेज़ हवा आती है और इन सभी पुर्जों को उड़ाने लगती है। वे एक चक्रवात में बदल जाते हैं और फिर हवा थम जाती है। आप उस जगह को देखते हैं जहाँ वह कबाड़खाना था और वहाँ एक बोइंग 747 खड़ा है, जो आपको लंदन ले जाने के लिए पूरी तरह तैयार है। ऐसा होने की संभावना कितनी है? बहुत कम।
खैर, यह उतनी ही संभावना है कि हमारी दुनिया महज़ एक संयोग से अस्तित्व में आई हो। और इसमें केवल 10 मिलियन भाग ही नहीं, बल्कि अरबों-खरबों आपस में गुंथे हुए भाग हैं, जो सभी एक साथ पूरी तरह से फिट बैठते हैं—न केवल हमारे ग्रह पर, बल्कि अरबों-खरबों अन्य आकाशगंगाओं में भी। यह धारणा कि यह सब महज़ एक संयोग है—कि इसके पीछे कोई शक्ति या बुद्धि नहीं है—उतनी ही मूर्खतापूर्ण और अहंकारपूर्ण है जितनी यह मानना कि एक आंधी 10 मिलियन

भागों को एक साथ उड़ाकर 747 विमान बना सकती है। ब्रह्मांड में हर चीज़ के पीछे एक बुद्धि है, इसलिए इसमें कोई संयोग नहीं है। (8)
मुझे पता है कि इसे समझना मुश्किल हो सकता है, खासकर यदि आप मृत्यु के करीब हैं, किसी प्रियजन के निधन के शोक से गुजर रहे हैं, या किसी टूटे रिश्ते के बाद दिल का दर्द झेल रहे हैं। यह याद रखना मददगार होता है कि आप और हर कोई अमर प्राणी हैं। इसलिए, आगे और भी रोमांच के अवसर मिलेंगे और अपनों के साथ फिर से मिलने का मौका मिलेगा। डर के बजाय विश्वास रखना, जीवन की सुरक्षा, निष्पक्षता और भव्यता को समझने की कुंजी है।

आस्था के साथ जीना
भय एक बड़ी बाधा है जो लोगों को व्यापक वास्तविकता का प्रत्यक्ष अनुभव करने से रोकती है। रेवरेंड नॉर्मन विंसेंट पील ने कहा, “भय ने मेरे दरवाजे पर दस्तक दी। आस्था ने उत्तर दिया। वहाँ कोई नहीं था।” ‘अ कोर्स इन मिरेकल्स’ में सिखाया गया है, “यदि आप जानते हैं कि आपके चुने हुए मार्ग पर कौन आपके साथ चलता है, तो भय असंभव होगा।”
बुद्ध के बारे में, डॉ. हस्टन स्मिथ ने कहा, “अपने जीवन के अंतिम वर्षों में, जब भारत उनके संदेश से प्रज्वलित था और राजा स्वयं उनके सामने नतमस्तक होते थे, लोग उनके पास उसी प्रकार आते थे जैसे वे यीशु के पास आते थे, यह पूछते हुए कि वे कौन हैं…। उनके दिए गए उत्तर ने उनके संपूर्ण संदेश को एक पहचान प्रदान की। उन्होंने पूछा, ‘क्या आप ईश्वर हैं?’ ‘नहीं।’ ‘क्या आप देवदूत हैं?’ ‘नहीं।’ ‘क्या आप संत हैं?’ ‘नहीं।’ ‘तो आप क्या हैं?’ बुद्ध ने उत्तर दिया, ‘मैं जागृत हूँ।’” (9)
जागृत होने के लिए, कुछ हद तक, भय द्वारा फैलाई गई भ्रांतियों को भेदना आवश्यक है। जैसा कि आप अब जानते हैं, अनेक सामूहिक प्रमाण स्पष्ट रूप से दर्शाते हैं कि आप वास्तव में एक बुद्धिमान, अनंत, शक्तिशाली और शाश्वत आत्मा/ऊर्जा/चेतना के प्राणी हैं। मृत्यु तो बस एक क्षणिक घटना है।
यह एक ऐसा परिवर्तन है जिससे आपका सार नए रोमांचों और मिशनों की ओर बढ़ सके। आप इस खुशखबरी को जितना अधिक समझेंगे, उतना ही आप विश्वास, आशा और साहस के साथ जी सकेंगे—डर के साथ नहीं।
मृत्यु के समय लोगों के साथ समय बिताना जीवन के सबसे बड़े परिवर्तन के बारे में भय से निपटने का एक बेहतरीन तरीका है। मैंने कई लोगों को मृत्यु

के समय देखा है, इसलिए मृत्यु मेरे लिए कोई अजनबी या डरावना अज्ञात विषय नहीं है। अधिकांश लोगों के चेहरे पर शरीर छोड़ने से ठीक पहले और बाद में एक अद्भुत शांति का भाव होता है। किसी एक व्यक्ति के दूसरे लोक में जाने के इस क्षण में उपस्थित होना एक विशेष उपहार है जो आपके भय को कम कर देगा। एमिली डिकिंसन ने लिखा, “क्योंकि मैं मृत्यु के लिए नहीं रुक सकती थी, इसलिए वह मेरे लिए रुक गया। गाड़ी में केवल हम दोनों ही थे। और अमरता।” मूल अमेरिकी शिक्षक व्हाइट ईगल ने कहा, “आप पृथ्वी पर केवल कुछ ही वर्षों के लिए जीते हैं, जिसे आप जीवन कहते हैं।”
अवतार लेने के बाद, आप अपने शरीर को एक पुराने वस्त्र की तरह छोड़ देते हैं और आत्मा में अपने सच्चे घर में विश्राम के लिए चले जाते हैं। "कृपापूर्वक और विश्राम के लिए चले जाओ" शब्दों पर ध्यान दें। ये मृत्यु के भयावह चित्रण की तुलना में कहीं अधिक सटीक चित्रण हैं।
द लिटिल प्रिंस में, एंटोइन डी सेंट-एक्सुपेरी ने कहा था: "केवल हृदय से ही सही ढंग से देखा जा सकता है; जो आवश्यक है वह आँखों से अदृश्य है।" जब आप वास्तविकता को स्पष्ट रूप से और बिना किसी पूर्वाग्रह के समझते हैं

भय के हस्तक्षेप से, आप इस संसार की अनित्यता को महसूस करते हैं और स्वीकार करते हैं। आप इस भ्रम को समझ जाते हैं कि भौतिक ही सब कुछ है। जैसा कि बुद्ध ने कहा था, “इस मायावी संसार को भोर के तारे, नदी में बुलबुले, ग्रीष्म ऋतु के बादल में बिजली की चमक, टिमटिमाते दीपक—एक माया—और एक सपने के समान समझो।” (10)
'FEAR' अक्षरों को 'झूठे सबूत जो असली लगते हैं' के संक्षिप्त रूप में देखा जा सकता है। वास्तव में, जब आप आत्मा के प्रमाण को जानते हैं तो डरने की कोई बात नहीं है। जब आप वास्तव में यह समझ जाते हैं कि आप जीवन के विकास का एक प्रिय और महत्वपूर्ण हिस्सा हैं, तो आप आराम कर सकते हैं, जीवन के रोमांच का आनंद ले सकते हैं और वह कर सकते हैं जिसके लिए आप यहां आए हैं। जब आप डर के बजाय विश्वास और ज्ञान की नींव पर जीते हैं, तो आप दूसरों के लिए एक उज्ज्वल प्रकाश बन सकते हैं।
और तभी जीवन की सच्ची शुरुआत होती है। जैसा कि खलील जिब्रान ने कहा था, "जब धरती तुम्हारे शरीरों को अपने कब्जे में ले लेगी, तब तुम सचमुच नाचोगे।"

लेकिन धरती पर स्वर्ग का अनुभव करने के लिए आपको शारीरिक मृत्यु तक इंतजार करने की जरूरत नहीं है। भय के ऊर्जा-क्षीण करने वाले प्रभाव से मुक्ति पाने से आपको अभी और हमेशा के लिए जीवंत जीवन जीने में मदद मिलती है।

प्रत्यक्ष अनुभव
समाज के विभिन्न क्षेत्रों से जुड़े सम्मानित लोगों द्वारा अविश्वसनीय प्रत्यक्ष अनुभवों की जानकारी दी गई है।
1996 में एक समग्र स्वास्थ्य रिट्रीट में हुए एक अनुभव ने मुझे इस निर्जीव दुनिया की वास्तविकता के प्रति आश्वस्त करने में मदद की। मैं समुद्र की ओर चल रहा था और मैंने स्पष्ट रूप से दो लोगों को पानी में तैरते और खड़े देखा। जैसे ही मैं पानी में उतरा, मैंने काले बालों वाले एक लंबे पुरुष और एक छोटी महिला को पानी के नीचे गोता लगाते और ऊपर-नीचे होते देखा। जैसे ही मैं और करीब पहुंचा, महिला ने मुझे हाथ हिलाकर अभिवादन किया और मैंने उसे अपनी अच्छी दोस्त ऐलेन के रूप में पहचान लिया।
मुझे आश्चर्य हुआ कि वह आदमी कौन था क्योंकि उसका पति कद में छोटा था और उसके बाल सफेद थे। मैं उसे देख नहीं पा रही थी और मुझे लगा कि वह पानी के नीचे अपनी सांस रोके हुए है। जब मैं ऐलेन के पास पहुंची, तो मैंने उसे चारों ओर देखा।
मैंने चारों ओर देखा और पूछा, "वो आदमी कहाँ है?" उसने मुझे ऐसे देखा जैसे मैं पागल हूँ और बोली, "कौन सा आदमी? मैं तो बीस मिनट से यहाँ अकेली हूँ।" मैंने उस आदमी का वर्णन उतनी ही स्पष्टता से किया जितना कि मैंने उसे देखा था। "शायद तुमने मेरे मार्गदर्शक को देखा हो," उसने कहा। शायद।

अभौतिक प्राणियों को अनुभव करना कोई अजीब बात नहीं है। हमारे रेडियो शो के दौरान, डॉ. वेन डायर ने बताया, “मुझे दूसरी दुनिया से संदेश मिले हैं, हालाँकि मैं उसे दूसरी दुनिया नहीं मानता; वह सब एक ही दुनिया है। जब मेरे लिए शराब और नशे को छोड़ने का समय आया, तो मुझे आधी रात को एक बहुत ही सशक्त संदेश मिला। मैंने सचमुच एक आवाज़ सुनी, जिसने कहा: ‘मैं तुम्हें इससे पार कराऊँगा। तुम्हें फिर कभी इससे जूझना नहीं पड़ेगा।’ और मैं उन व्यसनों से मुक्त हो गया।” (11)

इसी प्रकार, प्रार्थना, आस्था से उपचार और बारह चरणों वाले कार्यक्रमों जैसे कि अल्कोहलिक्स एनोनिमस, अल-एनॉन, एडल्ट चिल्ड्रन ऑफ अल्कोहलिक्स और ओवर ईटर्स एनोनिमस के माध्यम से हजारों लोग ठीक हुए हैं। शोध से पता चला है कि जरूरतमंद व्यक्ति को ठीक होने के लिए प्रार्थनाओं के बारे में जानना भी आवश्यक नहीं है। ये चमत्कारी मामले संकेत देते हैं कि अदृश्य सहायक और मार्गदर्शक शक्तियां कार्यरत हैं।
एन्थेओजेन ऐसे पादप पदार्थ हैं जो प्रत्यक्ष रहस्यमय अनुभवों को संभव बनाते हैं। उत्साह शब्द से ही व्युत्पन्न, एन्थेओजेन का अर्थ है ईश्वर को भीतर लाना। पेयोट, मशरूम या अयाहुआस्का जैसे कुछ मन को परिवर्तित करने वाले पौधों के उपयोग से अनेक लोगों का आध्यात्मिक अनुभव हुआ है। विभिन्न संस्कृतियों में धार्मिक और रहस्यमय प्रथाओं में जागरूकता बढ़ाने के लिए पवित्र वानस्पतिक पदार्थों का लाभप्रद रूप से उपयोग किया गया है। हालांकि, मैं इस तरीके की सलाह अधिकांश लोगों को नहीं दे सकता, क्योंकि इससे दुरुपयोग, लत और संबंधित बीमारियाँ या दुर्घटनाएँ हो सकती हैं। राम दास के गुरु, नीम करोली बाबा ने कहा था कि एलएसडी जैसे पदार्थ आपको स्वर्ग की झलक तो दिखा सकते हैं, लेकिन वहाँ आपको स्थायी रूप से रहने नहीं देंगे। इन्हीं कारणों से, मैं चेतना की असाधारण अवस्थाओं तक पहुँचने के लिए पहले बताई गई एकाग्रता की विधियों को सर्वोत्तम मार्ग मानता हूँ।
इच्छुक पाठक राम दास (रिचर्ड अल्परट, पीएच.डी.), फ्रेड एलन वोल्फ, पीएच.डी., कार्लोस कास्टानेडा, पीएच.डी., स्टेन ग्रोफ, एम.डी., और डेनिस मैककेना, पीएच.डी. की पुस्तकों से इस विषय के बारे में अधिक जानकारी प्राप्त कर सकते हैं।
सोल प्रूफ डॉक्यूमेंट्री फिल्म बनाते समय:
• जिन लोगों से हमने साक्षात्कार किया, उनके प्रियजनों द्वारा आत्माओं के दर्शन के बारे में बात करते समय कई उपकरण खराब हो गए। दल के सदस्यों को इसका कोई तकनीकी कारण नहीं मिला।
असामान्यताओं के लिए। एक आध्यात्मिक मंत्री द्वारा आत्माओं को सूचित करने के तुरंत बाद उपकरण ने फिर से काम करना शुरू कर दिया।

उनकी उपस्थिति पर ध्यान दिया गया और उनसे अनुरोध किया गया कि वे फिल्मांकन में बाधा न डालें।
• कुछ मामलों में, एक ही समय में एक से अधिक व्यक्तियों ने एक ही तरह के अदृश्य आगंतुकों को महसूस किया।
• वीडियोग्राफरों ने बताया कि नई बैटरियों को अभूतपूर्व स्तर पर बदलने की आवश्यकता पड़ रही थी।
• एक मनोवैज्ञानिक ने विभिन्न कैमरों, फिल्म और प्रकाश स्रोतों का उपयोग करके ली गई आत्माओं की तस्वीरें साझा कीं। तब से, मैंने दुनिया भर के लोगों द्वारा फिल्म पर कैद की गई कई रोशनी के गोले, चमकती रोशनी और अलौकिक छवियां देखी हैं।
• कुछ रोचक संकेत और संयोग घटित हुए जिन्होंने इन्हें प्राप्त करने वाले लोगों को प्रेरित किया। इस घटना के बारे में अधिक जानने के लिए, गैरी श्वार्ट्ज, पीएच.डी. द्वारा लिखित "सुपर सिंक्रोनिसिटी: व्हेयर साइंस एंड स्पिरिट मीट" पढ़ें।

एक वकील मृत्यु के बाद के जीवन से जुड़े साक्ष्यों की जांच करता है
अपनी पुस्तक "लाइफ आफ्टर डेथ: ए सर्वे ऑफ द क्यूम्युलेटिव एविडेंस" में वर्णित अनुसार, वकील सिडनी एल. फ्रीमैन ने चेतना की निरंतरता के बारे में विभिन्न साक्ष्यों की व्यवस्थित रूप से जांच की। उन्होंने कहा, "हम सभी के सामने सबसे बड़े रहस्यों में से एक यह है कि मरने के बाद हमारे साथ क्या होता है। क्या मृत्यु ही जीवन का अंत है?"
क्या मृत्यु के बाद सब कुछ है? या मृत्यु के बाद भी कुछ है? यदि हाँ, तो वह वास्तव में क्या है?… मैंने इसे किसी भी तरह से सिद्ध करने का निश्चय किया। मैंने एक वकील की तरह काम किया—यह देखने के लिए कि साक्ष्य क्या दर्शाते हैं। क्या साक्ष्य मृत्यु के बाद जीवन को एक वैज्ञानिक तथ्य साबित करते हैं या यह कोरी कल्पना है?” (12)
उनकी पुस्तक में मौजूद कई दिलचस्प कहानियों में से कुछ नीचे दी गई हैं जो यह दर्शाती हैं कि शारीरिक मृत्यु के बाद भी जीवन बना रहता है।
फ्रीमैन ने 1972 में ईस्टर्न एयरलाइंस के विमान दुर्घटना के बाद बार-बार हुए अलौकिक अनुभवों के बारे में बताया:

मृतकों में पायलट बॉब लॉफ्ट और सेकंड ऑफिसर डॉन रेपो शामिल थे। ईस्टर्न एयरलाइंस की बाद की उड़ानों में, बॉब लॉफ्ट और डॉन रेपो की आत्माएं कई बार दिखाई दीं। उन्हें एयर होस्टेस, फ्लाइट कैप्टन, सेकंड ऑफिसर, फ्लाइट इंजीनियर और ईस्टर्न एयरलाइंस के एक उपाध्यक्ष ने देखा, जिनमें से कोई भी भविष्यवक्ता नहीं था। गहन जांच के बाद, जॉन जी. फुलर

उन्होंने अपनी पुस्तक में विस्तृत जानकारी दी है, जिस पर फिल्म भी बनी है, जिसका नाम है द घोस्ट ऑफ फ्लाइट 401।
फुलर ने दुर्घटना के बाद ईस्टर्न एयरलाइंस के अन्य विमानों में घटी कई आश्चर्यजनक घटनाओं का वर्णन किया। उनमें से एक घटना यह थी: एक एयर होस्टेस ने यात्रियों की गिनती की और पाया कि एक यात्री अधिक है। उसे पता चला कि वह ईस्टर्न एयरलाइंस का एक कप्तान था। उसने उसे बताया कि उसका नाम उसकी सूची में नहीं है।
कप्तान सीधे आगे देखती रही और कुछ नहीं बोली। उसने फ्लाइट सुपरवाइजर को बुलाया। उससे कोई मदद नहीं मिली। फिर उसने कॉकपिट से फ्लाइट के कप्तान को बुलाया। लगभग आधा दर्जन यात्री इस अजीबोगरीब घटनाक्रम को देख रहे थे। फ्लाइट कैप्टन चुपचाप बैठे अधिकारी से बात करने के लिए झुके। वह स्तब्ध रह गए: 'हे भगवान, यह तो बॉब लॉफ्ट हैं।' सभी दर्शकों के सामने, बॉब लॉफ्ट की वास्तविक छवि अचानक गायब हो गई।
अलौकिक प्राणियों द्वारा संपर्क को प्रमाणित करने का एक तरीका उनकी आवाज़ों की इलेक्ट्रॉनिक रिकॉर्डिंग करना है। जैसा कि फ्रीमैन ने इसका वर्णन किया है:
सबसे सफल परिणाम लातवियाई मनोवैज्ञानिक डॉ. कॉन्स्टेंटिन राउडीव के साथ प्राप्त हुए। मेहमानों की उपस्थिति में, डॉ.
राउडीव अपने पूछे गए सवालों को रिकॉर्ड कर लेते थे। सवाल पूछने के बाद वे रुकते और जवाब सुनने का इंतज़ार करते। न तो उन्हें और न ही मेहमानों को कोई जवाब सुनाई देता था। लेकिन चमत्कारिक रूप से, जब टेपों को दोबारा चलाया गया, तो उनमें जवाब रिकॉर्ड हो चुके थे। जवाब किसने दिए? उनके उन रिश्तेदारों और दोस्तों ने जो इस दुनिया से विदा हो चुके थे।
धोखाधड़ी के किसी भी आरोप से बचने के लिए, नए, सीलबंद, खाली टेपों का उपयोग किया गया और कई अलग-अलग पर्यवेक्षकों द्वारा उन्हें डाला गया। प्रयोगों

की अवधि के दौरान कुल 60,000 ऐसी आवाजें रिकॉर्ड की गईं। न्यूयॉर्क शहर की प्रकाशक कंपनी, टैप्लिंगर पब्लिशिंग कंपनी ने राउडीव्स की पुस्तक को प्रकाशन के लिए जारी करने से पहले कई अलग-अलग वैज्ञानिकों से तथ्यों की पुष्टि की। इसका शीर्षक है ब्रेकथ्रू।
मृतकों के साथ इलेक्ट्रॉनिक संचार का एक अद्भुत प्रयोग।"
कैथोलिक चर्च के एक उच्च अधिकारी, रेव डॉ. चार्ल्स फ्लेगर ने इन टेपों की जांच की और कहा, “कुछ वर्षों से हम परा मनोविज्ञान साहित्य में माध्यमों के माध्यम से प्राप्त सूचनाओं के बारे में रिपोर्ट पढ़ रहे हैं, जो यह संकेत देती हैं कि ‘परलोक’ के निवासी पृथ्वी पर मानवता से संपर्क करने के तरीके खोज रहे हैं। यह विचार आम तौर पर लोगों के लिए इतना विचित्र है।

आम धारणा यह है कि ऐसी बेतुकी बात का जिक्र करने पर केवल दया भरी मुस्कान ही आती है; लेकिन जो कोई भी डॉ. राउडीव के प्रयोगों का अध्ययन करने का प्रयास करेगा, वह उपहास करना बंद कर देगा।
(इलेक्ट्रॉनिक वॉइस प्रोजेक्शन (ईवीपी) के बारे में अतिरिक्त जानकारी के लिए, आफ्टरलाइफ रिसर्च एंड एजुकेशन इंस्टीट्यूट (एआरईआई) की वेबसाइट AfterLifeInstitute.org पर जाएं।)
अनेक प्रमाणों और प्रत्यक्ष रिपोर्टों की जांच करने के बाद, फ्रीमैन ने इस प्रश्न के उत्तर में कहा, "क्या मृत्यु के बाद जीवन को वैज्ञानिक रूप से सिद्ध किया जा सकता है?" "हाँ, यह सिद्ध हो चुका है—उन अनेक लोगों द्वारा जिन्होंने गंभीरता से इस विषय का अध्ययन किया है, जिनमें विश्व के कुछ महानतम वैज्ञानिक, साथ ही कई प्रमुख चिकित्सक, मनोचिकित्सक, मनोवैज्ञानिक, प्रोफेसर, व्यवसायी, राजनेता, वकील, पादरी और प्रमुख चर्च संगठन शामिल हैं। मैंने प्रमाणों के आधार पर यह निष्कर्ष निकाला है कि मृत्यु के बाद जीवन एक वैज्ञानिक तथ्य है।
हम सभी, बिना किसी अपवाद के, अपने भौतिक शरीर के समाप्त होने पर एक अलग, विचित्र और दिलचस्प नई दुनिया में खुद को पाएंगे। (13)

भूत-प्रेत दर्शन

भूतों को देखने की घटनाएँ इस बात का एक और प्रमाण हैं कि चेतना शारीरिक मृत्यु के बाद भी जीवित रहती है। भूतों को देखने की मात्र एक प्रामाणिक घटना भी अदृश्य आयामों की वास्तविकता को पुष्ट करती है। वीडियो डॉक्यूमेंट्री 'साइटिंग्स: द घोस्ट रिपोर्ट' में कैम्ब्रिज विश्वविद्यालय के पैरानॉर्मल शोधकर्ता टोनी कॉर्नेल ने कहा: "इसमें बहुत धोखाधड़ी है, बहुत कल्पना है, बहुत मनगढ़ंत बातें हैं, लेकिन जब आप इन सबको हटा देते हैं, तो लगभग 20% ठोस तथ्य बचते हैं जिन्हें समझाना बेहद मुश्किल है।" (14)
भूतों को ऐसी आत्माएं या ऊर्जा चिह्न माना जाता है जो विभिन्न संभावित कारणों से पृथ्वी और अन्य लोकों के बीच फंसी रहती हैं। आपकी प्रार्थनाएं और यह याद दिलाना कि वे हमेशा प्रकाश में प्रवेश कर सकते हैं, उन्हें आगे बढ़ने में मदद कर सकता है। जर्मनी की हेलेन ने ऐसी ही एक आत्मा के बारे में निम्नलिखित रोचक कहानी साझा की:
मेरे दामाद के देहांत के बाद तीन महीने तक घर में एक अजीब सी ठंडक छाई रही। मुझे अपने शयनकक्ष की खिड़की के बाहर भारी कदमों की आहट सुनाई देती थी और कई रातों तक नींद नहीं आती थी क्योंकि ऐसा लगता था जैसे कोई मुझे धक्का दे रहा हो और खींच रहा हो। मुझे अंदर ही अंदर पता था कि कौन हो सकता है, लेकिन मैंने इसे नज़रअंदाज़ करने का फैसला किया और प्रार्थना की कि आज रात मुझे कुछ राहत मिलेगी।

आराम। यह होना ही नहीं था और आखिरकार मेरा सब्र टूट गया। मैंने उसकी तस्वीर को देखा, मेरी आँखों से आंसू बह रहे थे और मैंने कहा...
उसने उससे कहा, "ठीक है, जान, मुझे पता है कुछ गड़बड़ है और मैं किसी ऐसे व्यक्ति को ढूंढूंगा जो तुम्हारी मदद कर सके ताकि तुम्हें शांति मिल सके।"
जैसे ही मैंने यह कहा, कमरा अचानक गर्म और रोशन हो गया और मुझ पर एक ऐसी शांति छा गई जिसे मैं शब्दों में बयान नहीं कर सकती। उनका देहांत इतनी जल्दी और दुखद तरीके से हुआ था कि उनके कुछ अनसुलझे मुद्दे थे और उन्होंने अपनी शारीरिक मृत्यु को स्वीकार नहीं किया था। वे बस इतना चाहते थे कि कोई उनकी मदद करे और अगर मैं उनकी उपस्थिति को नकारने पर इतनी अड़ी न होती, तो मैं उनकी मदद पहले कर सकती थी। मुझे

उन्हें प्रकाश की ओर भेजने में मदद करने के लिए एक माध्यम बनाया गया। वे घटनाएँ फिर कभी नहीं घटीं।
'साइटिंग्स' डॉक्यूमेंट्री में, यूसीएलए के पैरानॉर्मल इन्वेस्टिगेटर केरी गेनर ने बताया कि भूत देखना किसी संस्कृति पर निर्भर नहीं है। यह घटना प्राचीन काल से ही सभी संस्कृतियों में देखी गई है। उन्होंने कहा, "आप मिथकों और किंवदंतियों को वैज्ञानिक तथ्यों में कैसे बदल सकते हैं? फोटोग्राफिक साक्ष्यों के शोध से कई झूठी बातें सामने आई हैं, लेकिन कुछ तस्वीरें ऐसी हैं जिनकी व्याख्या करना असंभव है।"
चौंकाने वाली तस्वीरें, रहस्यमय आकृतियाँ—क्या ये अतीत के लोग वर्तमान से संपर्क साधने की कोशिश कर रहे हैं?
उदाहरण के लिए, 1965 के एनबीसी समाचार प्रसारण में "इंग्लैंड के राजसी भूत" शीर्षक से एक रिपोर्ट प्रकाशित हुई, जिसमें पेशेवर फोटोग्राफरों ने भूत देखे जाने के इतिहास वाले एक महल में इन्फ्रारेड मूवी कैमरे लगाए। फिल्म में प्रकाश की एक किरण स्पष्ट रूप से उभरती हुई दिखाई दी।
एक दरवाजे से निकलकर, एक छोटे से गलियारे से होते हुए, दूसरे दरवाजे से प्रवेश करना।
एक शोधकर्ता ने कहा, “सभी प्रकाश व्यवस्था को नियंत्रित किया गया था, खिड़कियों को काला कर दिया गया था, चांदनी या कार की हेडलाइट्स के अंदर आने की कोई संभावना नहीं थी। जब हमने बाद में उस चीज़ को देखा, तो प्रकाश की एक किरण दिखाई दी जो मेरे लिए पूरी तरह से अलग थी।
अस्पष्ट।" दशकों बाद भी, यह अलौकिक घटना अभी भी अनसुलझी है।
गेयनोर ने कहा, “भूत-प्रेत देखे जाने के दावों को नज़रअंदाज़ करना अज्ञानता में डूब जाना है। इस पर शोध करना हमारे अस्तित्व की प्रकृति से जुड़े सबसे जटिल और रहस्यमय रहस्यों में से एक को सुलझाने का प्रयास है। ऐसा करने से, मुझे लगता है कि हमें स्वयं को समझने में, और वास्तव में, वास्तविकता को समझने में एक अभूतपूर्व प्रगति करने का अवसर मिलेगा।”

उन्होंने बीस शोधकर्ताओं की एक टीम का नेतृत्व करते हुए एक ऐसे घर का दौरा किया, जहाँ बुरी शक्तियों की गतिविधि की सूचना मिली थी। वहाँ रहने वाली महिला...

क्या वह चीज़ जो हमें चिंतन के लिए प्रेरित करती है—आधुनिक जीवन में एक दुर्लभ वस्तु है? उस क्षण में
चिंतन और कला के माध्यम से दुनिया की उपस्थिति और भी तीव्र हो जाती है। हम इसे और अधिक स्पष्ट और गहराई से देख पाते हैं। कई लोगों के जीवन में व्याप्त खालीपन का कुछ अंश कला के माध्यम से ही कम होता है।

दुनिया को अपने जीवन में आने देने, उसे समझने और उससे पूरी तरह जुड़ने में विफलता के कारण।
बच्चे हर दिन पेंटिंग करते हैं और अपनी कलाकृतियों को दीवारों और फ्रिज के दरवाजों पर दिखाना उन्हें बहुत पसंद होता है। लेकिन बड़े होते-होते हम बचपन के इस महत्वपूर्ण आध्यात्मिक कार्य को छोड़ देते हैं... शायद वे कुछ और ही मूलभूत सीख रहे हैं: ऐसी आकृतियाँ खोजना जो उनकी आत्मा में चल रही भावनाओं को प्रतिबिंबित करें। कला रोजमर्रा की जिंदगी में शाश्वत को समेट लेती है, और यही शाश्वत आत्मा को पोषण देता है—रेत के एक कण में समाया हुआ संसार।
कई रचनाकारों ने ईश्वर के दर्शन को विभिन्न रूपों में व्यक्त किया है। इमैनुएल स्वीडनबर्ग के लेखन और विलियम ब्लेक की नक्काशी कला के माध्यम से दिव्य दृष्टियों को अभिव्यक्त करने के दो उदाहरण हैं। समकालीन देवदूत कलाकार एंडी लेकी को नशा मुक्ति के बाद चित्र बनाने की प्रेरणा मिली। उनके चित्रों ने हजारों लोगों को आध्यात्मिक उपचार और आध्यात्मिक ज्ञान प्राप्त करने में सहायता की है।
15 वीं शताब्दी की एक पेंटिंग में एक ऐसा दृश्य दर्शाया गया है जो आधुनिक समय के निकट-मृत्यु अनुभवों में अक्सर वर्णित होता है—एक अंधेरी सुरंग जिसके अंत में तेज रोशनी है और उसके चारों ओर देवदूत मंडरा रहे हैं। गुस्ताव डोरे, मैथियास ग्रुनेवाल्ड, बॉटिकेली, ब्लेक, पिएटा, रेम्ब्रांट और दा विंची जैसे कलाकारों ने देवदूतों और प्रकाशमान प्राणियों के सुंदर चित्र बनाए हैं। मूर्तिकारों ने अपनी कलाकृतियों में देवदूतों को समाहित किया है।
प्रेरक फिल्में और नाट्य प्रस्तुतियां भी संगीत, नृत्य, विषयवस्तु और अभिनय के समृद्ध मिश्रण से मानवीय आत्मा का पोषण करती हैं।

संगीत आपके अमर स्वरूप से जुड़ने का एक माध्यम बन सकता है। उत्कृष्ट संगीत आपको प्रेरित कर सकता है और आपको उच्चतर लोकों और आपकी अपार क्षमताओं की याद दिला सकता है। कुछ सुर आपकी भावनाओं को गहराई से और तुरंत छू सकते हैं। एक ट्यूनिंग फोर्क की तरह, यह संगीत के सुरों और आपके अंतर्मन के बीच सामंजस्यपूर्ण कंपन, तरंगों का एक झरना बना सकता है। कुछ शास्त्रीय और न्यू एज संगीत आपको अन्य आयामों से आने वाली दिव्य ध्वनियों की याद दिला सकते हैं और इस प्रकार आपके शाश्वत स्वरूप को स्मरण करा सकते हैं।
अपनी पुस्तक 'इंटीरियर कैसल' में, टेरेसा ऑफ एविला ने आत्मा के महल में विभिन्न कमरों की अवधारणा पर चर्चा की: "...आपकी आत्मा में लाखों कमरे हैं, जिनमें से अधिकांश के दरवाजे कभी नहीं खुलते हैं।"
और उनमें से प्रत्येक में भूलभुलैया, फव्वारे, रत्न, गहने और बगीचे हैं।

उनके इस कथन पर रेवरेंड मैथ्यू फॉक्स ने टिप्पणी की, “मुझे यह बहुत पसंद आया। मुझे याद है एक बार मैं अपने लिविंग रूम के फर्श पर लेटकर ओपेरा सुन रहा था और बीच में मैंने कहा, ‘मैं ओपेरा क्यों सुन रहा हूँ, ओपेरा की किसे ज़रूरत है?’ तभी टेरेसा ऑफ एविला की वह पंक्ति मेरे मन में आई— हमें आत्मा के इन दरवाजों को खोलना होगा, और शायद ओपेरा को भी।
हम यह कर सकते हैं। कम से कम दस लाख दरवाजे खोलने से पहले क्यों मरें! युगों-युगों से प्रसिद्ध लेखकों ने व्यापक वास्तविकता के बारे में अपने प्रत्यक्ष अनुभवों और दृढ़ विश्वास का वर्णन किया है:
• जॉन ग्रीनलीफ व्हिटियर: एक ऐसी उपस्थिति जो एक साथ अजीब और जानी-पहचानी थी, मेरे जीवन मार्गदर्शक के रूप में मेरे साथ चली; किसी भूले हुए जीवन के अंश खामोशी से मेरे बगल में घिसटते रहे।
• लुईसा मे अल्कोट: मुझे अपने पिछले राज्यों की याद आती है और मुझे लगता है कि मैंने वहाँ कुछ ऐसे सबक सीखे हैं जो यहाँ भी मेरे लिए उतने ही महत्वपूर्ण हैं। और अपने अगले कदम में, मैं यहाँ झेली गई कई कठिनाइयों को पीछे छोड़ना चाहती हूँ और आगे बढ़ते हुए उन्हें हल्का महसूस करना चाहती हूँ।

• राल्फ वाल्डो एमर्सन: महान पुरुष वे हैं जो यह समझते हैं कि आध्यात्मिक शक्ति किसी भी भौतिक शक्ति से अधिक शक्तिशाली है, कि विचार ही संसार पर शासन करते हैं।
• हेलेन केलर: मृत्यु एक कमरे से दूसरे कमरे में जाने से ज्यादा कुछ नहीं है। लेकिन मेरे लिए इसमें एक अंतर है, क्योंकि उस दूसरे कमरे में मैं फिर से देख पाऊंगी।
• हरमन मेलविल: मुझे लगता है कि हमने जीवन और मृत्यु के इस मामले में बहुत बड़ी गलती की है...। मुझे लगता है कि मेरा शरीर मेरे बेहतर शरीर का सबसे छोटा हिस्सा है। वास्तव में, जो चाहे मेरा शरीर ले ले, मैं कहता हूँ, यह मैं नहीं हूँ।
• जॉन मिल्टन: लाखों आध्यात्मिक प्राणी पृथ्वी पर अदृश्य रूप से विचरण करते हैं, चाहे हम जाग रहे हों या सो रहे हों। क्या होगा यदि पृथ्वी और स्वर्ग एक दूसरे के लिए पृथ्वी पर सोचे गए से कहीं अधिक गहरे हों?
• गोएथे: मृत्यु का विचार मुझे पूर्ण शांति प्रदान करता है, क्योंकि मुझे दृढ़ विश्वास है कि हमारी आत्मा अविनाशी प्रकृति का प्राणी है।

• विलियम वर्ड्सवर्थ: हमारा जन्म तो बस एक नींद और विस्मृति है; वह आत्मा जो हमारे साथ उदय होती है, हमारे जीवन का तारा, कहीं और अस्त हो चुका है, और दूर से आता है:
पूर्ण विस्मृति में, और पूर्ण नग्नता में नहीं, बल्कि महिमा के बादलों को पीछे छोड़ते हुए हम उस ईश्वर से आते हैं, जो हमारा घर है।
शायद कलाकारों, संगीतकारों और लेखकों के योगदान का इतना गहरा प्रभाव इसलिए महसूस होता है क्योंकि अंततः चेतना के कई पहलुओं को शब्दों में पर्याप्त रूप से वर्णित नहीं किया जा सकता। जैसे ही आप अनंत को मानवीय शब्दों में नाम देने या परिभाषित करने का प्रयास करते हैं, उसकी समृद्धि, रहस्य और सार का बहुत कुछ खो जाता है।

निष्कर्ष और कार्रवाई के चरण
प्रत्यक्ष अनुभव, आत्म-केंद्रितता के अभ्यास, सामान्य ज्ञान और कलाएँ आपको याद दिलाती हैं कि आप कौन हैं, आप यहाँ क्यों हैं और आप कहाँ जा रहे

हैं। रॉबर्ट ब्राउनिंग के शब्दों में, ये वे तरीके हैं जिनसे आप अपने भीतर के दायरे को खोल सकते हैं।
यह आपके भीतर के प्रकाश को प्रकट करने का मार्ग है। जब आप अपने प्रत्यक्ष अनुभवों को महत्व देते हैं और उनसे प्रेरणा लेते हैं, तो यह चुनौतीपूर्ण दुनिया कहीं अधिक सार्थक लगती है।
इस श्रेणी के लिए सुझाए गए कार्रवाई चरणों में निम्नलिखित शामिल हैं:

∞ अपने प्रत्यक्ष अनुभवों पर विचार करें और उनसे प्राप्त सबक और आशीर्वाद की समीक्षा करें।
∞ अपने मन को शांत करने और ईश्वर की उपस्थिति को अधिक स्पष्ट रूप से सुनने के लिए नियमित रूप से ध्यान और प्रार्थना करें।
∞ योग, श्वास-निवारण व्यायाम और प्रकृति में समय बिताने जैसी अन्य ध्यान केंद्रित करने वाली प्रथाओं को शामिल करें।
∞ अपने भीतर और अपने चारों ओर व्याप्त चमत्कारों और सुंदरता की बेहतर सराहना करने के लिए कलाओं का आनंद लें।

लाभ

प्रेम, सेवा, रोमांच, विकास और आनंद की अनंतता के प्रति उत्साह, आनंद और कृतज्ञता।

जीवन के व्यापक परिप्रेक्ष्य की एक झलक भी आपके जीवन को, विशेषकर कठिन समय में, पूरी तरह से बेहतर बना सकती है। इंग्लैंड की मार्था ने सोल प्रूफ पढ़ने के बाद लिखा: “मेरे बेटे और पिता का दो साल पहले निधन हो गया और आपकी जानकारी मेरे शोक के समय में बहुत सहायक रही है। शानदार लेख लिखते रहिए; आप बहुत से लोगों को जीवन और मृत्यु के बाद के जीवन का सार समझने में मदद कर रहे हैं।”
टॉम ने कहा, “आपकी किताब ने मेरी आध्यात्मिक ज़िंदगी बदल दी। अब मैं खुद को ज़्यादा खुश महसूस करता हूँ। आपने मुझे अपने अवचेतन मन की भावनाओं को चेतन मन में उतारने में मदद की। मैं सचमुच एक अमर आत्मा हूँ; आपकी कृपा से मुझे अब यह एहसास हुआ है। यह सुनने में भले ही छोटी सी बात लगे, लेकिन मेरे लिए तो यह बस शुरुआत है।”
सुसान ने लिखा, “आपने जीवन के प्रति मेरे दृष्टिकोण को वाकई बेहतर बना दिया है। अब मुझे लगता है कि मैं इसका भरपूर लाभ उठा सकती हूँ, इस धरती पर अपनी पूरी क्षमता का उपयोग कर सकती हूँ और परलोक की आशा कर सकती हूँ। एक बार फिर धन्यवाद!”

इन लोगों ने आपके शाश्वत स्वरूप को जानने के शक्तिशाली लाभों का बहुत ही सुंदर वर्णन किया है। सार यह है कि चाहे आपके साथ कुछ भी हो या न हो, आप उसका सामना कर सकते हैं और उससे उबर जाएंगे। नीत्शे के शब्दों में कहें तो, जो आपको मार नहीं सकता, वह आपको और मजबूत बनाता है—और कोई भी आपकी आत्मा को नहीं मार सकता। आपका वास्तविक स्वरूप आपके सामने आने वाली किसी भी कठिनाई से कहीं अधिक लचीला और शक्तिशाली है।
इसे इस तरह समझिए। क्या आप किसी ऐसी फिल्म को देखने के बाद चिंतित या दुखी होते हैं जिसमें मुख्य किरदार संघर्ष करता है या मर जाता है? बिल्कुल नहीं! यह तो बस एक फिल्म है। पृथ्वी पर आपका समय भी किसी फिल्म, नाटक, किताब या वर्चुअल रियलिटी अनुभव की तरह ही है। आपका अस्तित्व शाश्वत है; यह इस संक्षिप्त सांसारिक काल से पहले भी जीवित था और इसके बाद भी जीवित रहेगा। फ्रांसीसी दार्शनिक वोल्टेयर ने कहा था कि ईश्वर एक ऐसे कॉमेडियन की तरह है जो ऐसे दर्शकों के सामने अभिनय कर रहा है जो हंसने से डरते हैं। आपने शायद स्लैपस्टिक कॉमेडी देखी होगी जिसमें कोई व्यक्ति बहुत नाटकीय ढंग से मर जाता है, लेकिन फिर...

अपने पैर हवा में उठाए, अंतिम शब्द कहे, बाल्टी को लात मारी और अन्य हास्यास्पद करतब दिखाए। ज़रा सोचिए, मृत्यु के बारे में चिंता करना कितना हास्यास्पद है, क्योंकि आप तो बस संभावनाओं के क्षेत्र के एक अलग हिस्से को देख रहे हैं।
जीवन एक अनंत यात्रा है जिसमें प्रेम, सेवा, रोमांच, विकास और आनंद के अनगिनत अवसर हैं। जिस ऊर्जा और बुद्धि ने ब्रह्मांड की रचना की और उसे बनाए रखा है, वही ऊर्जा और बुद्धि आपके भीतर भी विद्यमान है। जितना अधिक आप इसे समझेंगे, उतना ही आपको एहसास होगा कि जीवन हर मायने में कितना रोमांचक और अद्भुत है।
यह अहसास कि आप एक शाश्वत प्राणी हैं, आपको इस तथ्य का जश्न मनाने में मदद करता है कि आप पहले से ही अनंत काल में दृढ़ता से स्थापित हैं। अनंत काल किसी दिन या शायद किसी विशेष तरीके से विश्वास करने और व्यवहार करने से शुरू नहीं होता। अनंत काल अभी घटित हो रहा है। यही सत्य है। यह जागृति आपको जीवन के हर मोड़ पर - यहां तक कि दुख और कठिनाइयों के दौर में भी - विश्वास, आत्मविश्वास और उत्साह के साथ आगे बढ़ने में मदद करती है।

कुछ लोग चुपचाप निराशा में जीते हैं और एक मुश्किल से दूसरी मुश्किल का सामना करते रहते हैं। मैंने भी ऐसा किया है और मैं उन लोगों की आलोचना नहीं कर रहा जो इस नाटक में डूबे रहते हैं। लेकिन हमारा दुख कितना हास्यास्पद है, जब हम अनगिनत नाटकों में से सिर्फ एक नाटक कर रहे होते हैं जबकि हमारा दूसरा हिस्सा कभी घर से बाहर नहीं निकलता।
हेलेन केलर ने कहा था कि जीवन या तो एक साहसिक यात्रा है या फिर कुछ भी नहीं। वह सही थीं; जीवन सचमुच एक साहसिक यात्रा है। आप इसे सबसे अच्छी तरह से समझ सकते हैं और उसी के अनुसार जीवन जी सकते हैं जब आप गहराई से यह जान लें कि आप और हर कोई आत्मा से अप्रभावित है।
आपका दिमाग रचनात्मक दिमाग के समान स्तर पर कार्य कर सकता है।
आपकी ऊर्जा स्रोत ऊर्जा का प्रतिबिंब हो सकती है। ज़रा सोचिए कि जब आप जीवन की हर परिस्थिति में उच्च स्तर की बुद्धि, शांति, शक्ति और ज्ञान का प्रयोग करेंगे, तो आपका जीवन कितना बेहतर हो जाएगा। उदाहरण के लिए:
◆ जब कोई प्रियजन इस दुनिया से विदा हो जाए, तो यह कहें और जानें: “शाबाश! वह एक उच्चतर लोक में चली गई। जब मैं किसी दिन इस दुनिया से विदा होऊंगा, तो वह मेरा स्वागत करने के लिए वहाँ मौजूद होगी!”
◆ जब कोई रिश्ता खत्म होता है: "हमारा साथ अब खत्म हो गया है, लेकिन अनंत काल तो हमेशा के लिए होता है और मुझे यकीन है कि हम फिर कभी मिलेंगे।"

◆ जब आर्थिक नुकसान होता है: "हालांकि मैंने इसे नहीं चुना होता, लेकिन यह मुझे जीवन में अलग-अलग रास्तों पर ले जाएगा और विकास और सेवा के नए अवसर पैदा करेगा!"
◆ जब आपके सपने टूट जाएं: "चीजें मेरी इच्छानुसार नहीं हुईं, लेकिन यह और भी बेहतर परिणामों की ओर एक बड़ा कदम हो सकता है!"
जीवन की अन्य सभी चुनौतियों के लिए भी यही बात लागू होती है। जब जागृत दृष्टि से देखा जाए, तो कोई दुर्भाग्य नहीं होता; यह तो बस निरंतर परिवर्तन और अनंत अनुभवों के साथ जीवन का निरंतर विकास है। यदि हेलेन केलर जीवन को एक रोमांचक साहसिक यात्रा के रूप में देख सकती हैं, तो आप भी देख सकते हैं। विभिन्न प्रमाणों से संकेत मिलता है कि आपकी आत्मा ने विकास और सेवा के अवसरों के लिए कुछ विशेष जीवन परिस्थितियों का चयन किया। व्यापक

दृष्टिकोण से, आपकी आत्मा जानती थी कि अपेक्षाकृत कम समय के लिए कठिनाइयों और परेशानियों से गुजरना सार्थक था।
नाज़ी मृत्यु शिविरों से बच निकले और 'मैन्स सर्च फॉर मीनिंग' पुस्तक के लेखक, डॉ. विक्टर ई. फ्रैंकल (एम.डी., पीएच.डी.) ने इस उन्नत परिप्रेक्ष्य को 'अति-अर्थ' नाम दिया। उन्होंने पूछा कि क्या पोलियो सीरम विकसित करने के लिए शोध में इस्तेमाल किया जाने वाला एक बंदर अपने द्वारा किए गए शोध का अर्थ समझ पाएगा।
पीड़ा। केवल मानवीय दृष्टिकोण से ही वह बंदर समझ सकता था कि रक्त के नमूने लेने के लिए उसकी नसों में छेद क्यों किए गए थे।
फिर फ्रैंकल ने कहा, "और मनुष्य के बारे में क्या? क्या आपको यकीन है कि मानव जगत ब्रह्मांड के विकास में एक अंतिम बिंदु है?"
क्या यह संभव नहीं है कि एक और आयाम संभव हो, मनुष्य के संसार से परे एक संसार; एक ऐसा संसार जिसमें मानवीय पीड़ा के अंतिम अर्थ का प्रश्न हल हो सके?” (16)
लाइफ बिटवीन लाइव्स (एलबीएल) रिग्रेशन के दौरान, एक महिला ने पृथ्वी पर अपने पिछले जीवन और उसके बाद वास्तविक स्थान पर बिताए समय को याद किया। अपने सांसारिक जीवन में, उन्हें एक के बाद एक निराशाओं का सामना करना पड़ा। उनका जीवन असफलताओं, टूटे सपनों, दुख और अकेलेपन की एक श्रृंखला जैसा प्रतीत होता था। हालांकि, जब उनका देहांत हुआ, तो उन्होंने पाया कि इन कठिनाइयों ने उन्हें परलोक में एक विशेष रूप से चुनौतीपूर्ण भूमिका के लिए तैयार किया था: उन आत्माओं की सहायता करना जो हाल ही में स्वर्ग पहुंची हैं और बचपन में दुर्व्यवहार के कारण मृत्यु को प्राप्त हुई हैं। उनके सांसारिक संघर्षों ने उनकी आत्मा को मजबूत किया और उनकी करुणा को इतना गहरा कर दिया कि वे उस चुनौतीपूर्ण कार्य को करने में सक्षम हो गईं। तो, आप ही बताइए, क्या उनका सांसारिक कष्ट सहना सार्थक था?

रेवरेंड जेराल्डिन, मेरी प्रिय मित्र, जिनका हाल ही में सत्तर वर्ष की आयु में निधन हो गया, इस बात का एक और उदाहरण हैं कि कैसे एक कठिन शुरुआत आपके जीवन को बेहतर बना सकती है। पंद्रह वर्ष की आयु में परिवार के एक सदस्य द्वारा बलात्कार किए जाने के बाद, वह गर्भवती हो गईं और उनके परिवार ने

उन्हें घर से निकाल दिया। यहीं से एक लंबा और कठिन सफर शुरू हुआ जिसने उन्हें एक उत्कृष्ट धर्मगुरु, वक्ता और चिकित्सक बनाया। अपनी मृत्यु से कुछ समय पहले एक समूह को संबोधित करते हुए उन्होंने कहा कि अगर उन्हें मौका मिले तो भी वह अपनी किशोरावस्था की घटनाओं को नहीं बदलना चाहेंगी क्योंकि उस कठिनाई ने उन्हें अपने जीवनकाल में इतने सारे लोगों की मदद करने का अवसर दिया।
अस्पतालों, मानसिक स्वास्थ्य केंद्रों, निजी क्लीनिकों और कार्यशालाओं में हजारों लोगों के साथ काम करते हुए, मैंने कई अद्भुत व्यक्तिगत परिवर्तन देखे हैं। मैंने ऐसे कठोर हृदय वाले लोगों को भी देखा है जिनके बारे में मैंने सोचा था कि वे कभी नहीं खुलेंगे।
जीवन भर के कष्टों के फलस्वरूप वे प्रेममय, देवदूत समान प्राणी बन जाते हैं। इससे मेरा यह विश्वास और भी पुख्ता हो जाता है कि जब आप समग्र परिप्रेक्ष्य को देखते हैं तो जीवन का पूर्ण अर्थ समझ में आता है।
एक उदाहरण हेरोल्ड का था, जो एक विशालकाय व्यक्ति था और कई वर्षों तक धूम्रपान करने के बाद गंभीर एम्फीसेमा से पीड़ित था। बार-बार अस्पताल में भर्ती होने के दौरान वह बहुत ज़िद्दी और झगड़ालू हो जाता था और अस्पताल के अधिकांश कर्मचारी उसके साथ काम करना नापसंद करते थे। हालाँकि, दो वर्षों की अवधि में, मैंने उसे धीरे-धीरे लेकिन निश्चित रूप से बदलते हुए देखा। पहले तो उसने धन्यवाद कहना शुरू किया और शिष्टाचार के छोटे-छोटे संकेत देने लगा। फिर वह खुल कर बात करने लगा और बताने लगा कि उसके लिए यह कितना मुश्किल था।
इसका मतलब था कि वह उन गतिविधियों से वंचित रह जाएगा जो उसे बहुत पसंद थीं, जैसे मछली पकड़ना, शिकार करना और सांस लेना।
बाद में, जब उसकी हालत बिगड़ी, तो वह रोया और अपने बुरे बर्ताव के लिए माफी मांगी। धीरे-धीरे, शांति और सुकून का माहौल छा गया।
अंततः उन्होंने इस सच्चाई को स्वीकार कर लिया। अंत में वे एक देवदूत की तरह शांत हो गए और उन्होंने कृपापूर्वक अंतिम सांस ली। हालांकि उन्होंने बहुत कष्ट सहा, लेकिन उनका परिवर्तन अद्भुत था।
आध्यात्मिक विकास के लिए कष्ट सहना आवश्यक नहीं है। आप हर संभव प्रयास करें ताकि आप पूर्ण रूप से सफल हों: स्वस्थ, सुखी,

खुशहाल, ज्ञानवान, शांत, प्रेमपूर्ण रिश्तों का आनंद लेते हुए और सार्थक जीवन कार्य में योगदान देते हुए। लेकिन जब जीवन में कोई चुनौतीपूर्ण मोड़ आए, तो याद रखें कि सब ठीक है। आशीर्वाद अभी शायद स्पष्ट न हों, लेकिन एक दिन ज़रूर होंगे। अपना सर्वश्रेष्ठ प्रयास करते रहें और यह जान लें कि जीवन की टीम से आपको कभी बाहर नहीं किया जाएगा। बस कुछ ही समय की बात है, जब आप सफलता की ऊंचाइयों को छू लेंगे।

याद रखें, आप एक अमर आत्मा हैं जो इस धरती पर बहुत ही क्षणिक अनुभव कर रहे हैं। इस ग्रह पर रहना कभी-कभी आसान नहीं होता, लेकिन यह प्रेम, सेवा, रोमांच, विकास और आनंद के अनमोल अवसर प्रदान करता है। जब आप यह याद रखेंगे, तो आप
उद्देश्य, शक्ति और उत्साह के साथ प्रत्येक दिन को पूरी तरह से जी सकते हैं।

“आइए हम ऐसे जिएं मानो हम अमर हों।” - अरस्तू

मैं इस पुस्तक का समापन उसी तरह करता हूँ जैसे मैंने इसकी शुरुआत की थी— अरस्तू के उस असाधारण दूरदर्शी कथन के साथ। उनके समय में, ठोस प्रमाण सीमित थे। आज, असंख्य प्रमाण स्पष्ट रूप से दर्शाते हैं कि आप ऊर्जा, प्रकाश, चेतना और आत्मा से युक्त एक अविनाशी प्राणी हैं।
जीवन में क्रांतिकारी बदलाव आ रहे हैं क्योंकि अधिक से अधिक लोग मृत्यु को अंत नहीं, बल्कि अनंत काल के एक नए चरण का द्वार मानते हैं। वे मृत्यु को यमराज नहीं, बल्कि सर्वज्ञानी और प्रेममय प्रकाश के रूप में देखते हैं। वे यह महसूस करते हैं कि वे अभी अनंत प्राणी हैं और स्रोत ऊर्जा का हिस्सा हैं। 'सोल प्रूफ' में प्रस्तुत प्रमाण आपको इन बदलावों की परिवर्तनकारी शक्ति को आत्मसात करने में मदद कर सकते हैं।
अब मैं प्रस्तावना में पूछे गए अपने दो प्रश्नों पर लौटता हूँ। साक्ष्यों पर विचार करने के बाद, क्या आप अपने अविनाशी स्वभाव की वास्तविकता के बारे में व्यक्तिगत रूप से अधिक आश्वस्त हैं? और अब जब आपको यह ज्ञान प्राप्त हो गया है, तो यह आपके जीवन जीने के तरीके और स्वयं तथा दूसरों के साथ आपके व्यवहार को कैसे प्रभावित करेगा?

∞ ∞ ∞ ∞ ∞

मैं हमेशा सोचता था कि किसी प्रियजन के देहांत के समय सोल प्रूफ के प्रमाण मेरे लिए कैसे उपयोगी साबित होंगे। इसका जवाब मुझे 2007 में मिला जब मेरे पिताजी, जो मेरे सबसे अच्छे दोस्तों में से एक और एक बेहतरीन पिता थे, इस दुनिया से चले गए।
अपनी अटूट आस्था और अमरता के ज्ञान के बावजूद, मुझे गहरा दुख हुआ। मैंने शोक की सभी अवस्थाओं का अनुभव किया क्योंकि मैं उन्हें देख, सुन और महसूस नहीं कर पा रहा था।

लेकिन साथ ही, खुशी, कृतज्ञता और हल्कापन भी था। मैं खुश थी कि वह अपने बूढ़े और कमजोर शरीर से मुक्त हो गया था और पृथ्वी के कष्टों से मुक्ति पा चुका था। मुझे पूरा विश्वास था कि परलोक जाने पर मैं उससे फिर मिलूंगी। शायद सबसे सुकून देने वाली बात यह थी कि मुझे एहसास हुआ कि अब मैं उसके साथ एक नए प्रकार का रिश्ता बना सकती हूँ।
उनके इस दुनिया से चले जाने के बाद से, मुझे उनसे कई दिलचस्प संवादों का अनुभव हुआ है। ऐसे स्वप्न जिनमें हम मिलते हैं, आम बात है। परिवार के अन्य सदस्यों ने भी ऐसे स्पष्ट अनुभव किए हैं जिन्हें उन्होंने पिताजी के साथ संपर्क के रूप में महसूस किया।
आस्था, ज्ञान और व्यक्तिगत अनुभव ने मुझे उनकी मृत्यु को अधिक आसानी से और शीघ्रता से स्वीकार करने में मदद की।

∞ ∞ ∞ ∞ ∞

आइए, अपनी अविनाशी प्रकृति के बारे में गहन, आंतरिक ज्ञान के अनेक लाभों की समीक्षा करें:
1. शारीरिक मृत्यु के बारे में बहुत कम या बिल्कुल भी भय और शोक नहीं होना।
2. जीवन के सभी पहलुओं के प्रति अधिक विश्वास, यहां तक कि उन पहलुओं के प्रति भी जिनमें दुख और त्रासदी शामिल हैं।
3. जीवन के सबसे बड़े सवालों के बारे में गहरी समझ और शांति।

4. अपने दिल की गहराई से जुड़ी इच्छाओं को पूरा करने के लिए अधिक स्पष्टता और साहस प्राप्त करना।
5. जीवन के अपरिहार्य परिवर्तनों के प्रति अधिक शांति और स्वीकृति।
6. समस्त जीवन के प्रकाश और स्रोत के निकट महसूस करना।
7. अपने शरीर के प्रति अधिक सराहना और देखभाल।
8. यह दृढ़ ज्ञान कि आपका सांसारिक अनुभव पूरी तरह से सुरक्षित, निष्पक्ष और उद्देश्यपूर्ण है।
9. प्रेम, सेवा, रोमांच, विकास और आनंद की अनंत संभावनाओं के प्रति उत्साह, खुशी और कृतज्ञता। इन सभी लाभों के साथ, आप अजेय हैं। आखिरकार, आपकी आत्मा अभेद्य है!

इस खुशखबरी को उन लोगों के साथ साझा करने के लिए धन्यवाद जो
खोज और पीड़ा, विशेषकर यदि वे निम्नलिखित स्थितियों में हों:
1. किसी प्रियजन, विशेषकर बच्चे के निधन पर शोक मनाना
2. अपनी शारीरिक मृत्यु से भयभीत होना
3. किसी प्रियजन की आत्महत्या से जूझना
4. मरने की प्रक्रिया में
5. असफल रिश्तों, शारीरिक/मानसिक बीमारी, टूटे सपनों, आर्थिक नुकसान, जीवन में उद्देश्य की कमी या प्रियजनों की लत जैसी कठिनाइयों से पीड़ित होना।
6. आत्महत्या करके अपने पृथ्वी-अनुभव को समाप्त करने पर विचार करना
7. किसी प्रिय पालतू जानवर के निधन पर शोक मनाना
8. अतीत की उन धार्मिक शिक्षाओं से जूझना जो अब उन्हें समझ में नहीं आतीं।
9. अपने सबसे बड़े सवालों और चुनौतियों के लिए व्यावहारिक जवाब खोजना
10. वे अपने द्वारा परिकल्पित सर्वोत्तम जीवन का आनंद लेना चाहते हैं।
11. स्वयं को और हमारे ग्रह को बेहतर बनाने की इच्छा रखने वाले

अब समय आ गया है कि आप अपनी प्रतिभा को हर तरह से, हमेशा और भव्यता से प्रकट करें। आप उच्च और परिष्कृत ऊर्जा से भरपूर जीवन जीने के सभी आशीर्वादों का आनंद लेते हुए लगातार ऐसा कर सकते हैं।

आप सदा अपनी उच्च आत्मा की प्रकृति को गहराई से जानें और जीवंतता से प्रदर्शित करें!

मृत्यु के बाद संचार (एडीसी) उन प्रियजनों की सार्थक अनुभूति का वर्णन करता है, जो जागृत अवस्था में या स्वप्न में रहते हुए, इस दुनिया से चले गए हैं।
परलोक एक ऐसा शब्द है जो इतना प्रचलित है कि मैं इसकी कई सीमाओं के बावजूद इसका प्रयोग करता रहूंगा। पहली बात तो यह है कि यह रैखिक या अनुक्रमिक समय को दर्शाता है - मानव जन्म, पृथ्वी पर जीवन, शारीरिक मृत्यु, फिर परलोक - जबकि समय अधिक चक्रीय या प्रेक्षक पर निर्भर प्रतीत होता है।
इसके अलावा, यह एक ऐसे भौतिक स्थान का संकेत देता है जो कहीं दूर स्थित है। अंत में, इस शब्द को गलत तरीके से एक अंतिम गंतव्य के रूप में समझा जा सकता है जहाँ प्राणी जाते हैं और अनंत काल तक रहते हैं। इस शब्द का प्रयोग करते समय कृपया इन बिंदुओं पर विचार करें। मैं अनंत काल के पहलुओं का वर्णन करने के लिए निम्नलिखित समानार्थी शब्दों का उपयोग करूँगा:
1. आपस में जुड़े हुए और ऊर्जावान, भले ही सीमित मानवीय इंद्रियों को वे अलग और भौतिक प्रतीत हों।
2. परिवर्तनशील बनाम स्थिर
3. अनंत विकल्पों में से अनेक संभावित समय-स्थान संभावनाओं में से केवल एक।

इसके पर्यायवाची शब्दों में शामिल हैं: सभी संभावनाओं का क्षेत्र, चेतना के अन्य स्तर, अनंत काल का अगला चरण और समय-स्थान के अन्य आयाम।
यह समझना महत्वपूर्ण है कि आप और हर कोई अभी और हमेशा सभी संभावनाओं के क्षेत्र में मौजूद हैं। आपका वर्तमान पृथ्वी पर अनुभव केवल आपके विशेष इरादे, चेतना के विकास, ऊर्जा स्तर, इंद्रिय विकास के चरण और सांस्कृतिक आत्मसात की मात्रा के कारण एक ठोस भौतिक अभिव्यक्ति प्रतीत होता है।

जागरूकता – चेतना देखें
शारीरिक मृत्यु / शारीरिक – देखें शारीरिक मृत्यु / शारीरिक रूप से मरना चैनलिंग को वह क्षमता माना जाता है जो एक अलौकिक रूप से प्रतिभाशाली व्यक्ति - एक चैनलर - सामूहिक ऊर्जाओं, स्वर्गदूतों, मार्गदर्शकों या गुरु शिक्षकों से प्राप्त जानकारी को संप्रेषित करके कर सकता है।
चेतना वह है जो किसी मानवीय अनुभव से पहले, उसके दौरान और उसके बाद की घटनाओं को समझती और अनुभव करती है। सरलता के लिए, मैं चेतना शब्द का प्रयोग मन और जागरूकता के पर्यायवाची के रूप में करूँगा। हालाँकि, वैज्ञानिक दृष्टि से, मन शब्द अधिक व्यापक है क्योंकि इसमें सचेतन और अचेतन दोनों प्रकार की प्रक्रियाएँ शामिल हैं।
ये शब्द उन सभी चीजों का वर्णन करते हैं जो संवेदना, बोध, प्रेरणा, अंतर्ज्ञान, सूचना प्रसंस्करण, संज्ञान, स्मृति और भावना से ग्रस्त हैं। इनमें वह सूचना (रूप, संरचना, स्वरूप, व्यक्तित्व, ज्ञान) और ऊर्जा (शक्ति, बल, गति, प्रेम) भी शामिल हैं जो संभवतः परम वास्तविकता की सबसे मूलभूत समझ हैं।
कई कारकों के आधार पर, आपकी चेतना व्यापक वास्तविकता के प्रति कम या अधिक सजग हो सकती है। शरीर की मृत्यु के बाद, आपकी चेतना का विस्तार हो सकता है क्योंकि यह जैविक मस्तिष्क के अवरोधों से कम बंधी होती है। आपकी चेतना तब भी जारी रहती है, लेकिन आपके सांसारिक अनुभवों और ज्ञान के कारण एक अलग तरीके से।
चक्रीय जीवन अनुभव एक ऐसा शब्द है जो अनंत काल में जीवन के असंख्य अनुभवों की संभावनाओं को दर्शाता है। यह अवधारणा इस संभावना का द्वार खोलती है कि आपको एक समय में जीवन के केवल एक ही पहलू का अनुभव करने की आवश्यकता नहीं है। आपकी चेतना का एक हिस्सा प्रकट हो सकता है।

इस सांसारिक अनुभव में एक हिस्सा समानांतर वास्तविकताओं का अनुभव करता है। इन्हें चल रहे आभासी वास्तविकता अनुभवों की एक श्रृंखला के रूप में अधिक आसानी से समझा जा सकता है।
ऊर्जा शरीर, जिसे सूक्ष्म या ऊर्जावान शरीर भी कहा जाता है, किसी व्यक्ति के पार्थिव शरीर की मृत्यु के बाद की ऐतिहासिक ऊर्जा प्रणाली को संदर्भित करता है। डॉ. श्वार्ट्ज अपनी पुस्तक "द लिविंग एनर्जी यूनिवर्स" में इसे "सूचना-ऊर्जा प्रणाली" कहते हैं। संकेत मिलते हैं कि अनंत काल के अगले चरण में रहने वाले प्राणी मनुष्यों से मिलने, हाल ही में दिवंगत हुए प्रियजनों से मिलने या विभिन्न गतिविधियों में भाग लेने के दौरान अधिक ठोस रूप धारण कर सकते हैं।

ऊर्जा शब्द का प्रयोग किसी व्यक्ति या प्रणाली की शक्ति और जीवंतता का वर्णन करने के लिए किया जाता है। भौतिकवादी दृष्टिकोण से, हम ऊर्जा को तारों के माध्यम से प्रवाहित होने वाली ऊर्जा के रूप में समझ सकते हैं जो इलेक्ट्रॉनिक उपकरणों को कार्यशील बनाती है। हालांकि, चेतना के संदर्भ में, ऊर्जा शब्द उस चीज़ को संदर्भित करता है जिसे नष्ट नहीं किया जा सकता है। विभिन्न संस्कृतियों में इसे ची, की, प्राण, जैव-ऊर्जा और जीवन-शक्ति के रूप में मान्यता दी गई है।
बल की मानक परिभाषा ऊर्जा या शक्ति के रूप में भौतिक क्रिया के परिणाम स्वरूप दी जाती है। भौतिकवादी दृष्टिकोण से, किसी प्रत्यक्ष प्रतिक्रिया को उत्पन्न करने के लिए एक आसानी से मापी जा सकने वाली शक्ति, जैसे कि हवा में धातु का उड़ना, आवश्यक होती है। हालांकि, बिना किसी प्रत्यक्ष बल के भी ऊर्जा या भौतिक अवस्थाओं में परिवर्तन देखे गए हैं। उदाहरण के लिए, मनोगतिशीलता का अध्ययन कई विश्वविद्यालयों के शोधकर्ताओं द्वारा किया गया है। मृत्यु के बाद होने वाले कई संचारों में इलेक्ट्रॉनिक उपकरणों के कार्य में परिवर्तन या भौतिक वस्तुओं की गति शामिल रही है।
ईश्वर (G.O.D.) जीवन की उस सार्वभौमिक मार्गदर्शक, संगठनात्मक और रचनाकारी प्रक्रिया का संक्षिप्त रूप है जिसे धर्मों में ऐतिहासिक रूप से अनेक नामों से पुकारा गया है। जीवन के भीतर और पीछे विद्यमान प्रेम, शक्ति, बुद्धि और रचनात्मकता के बारे में अधिक जानने के लिए डॉ. श्वार्ट्ज की पुस्तक "द जी.ओ.डी. एक्सपेरिमेंट्स" देखें।
ऊर्जा प्रदान करने वाले और प्रेममय तत्व को दर्शाने वाले अक्षर E और L को G.O.D. में जोड़ा जा सकता है। E.L.G.O.D. का संक्षिप्त रूप इस असीम और अवर्णनीय घटना के गुणों को और अधिक स्पष्ट रूप से व्यक्त करता है। ये अतिरिक्त अक्षर ईश्वर के प्राचीन नामों का भी सम्मान करते हैं। एल या अल – एलोहिम, एलोहा, अल्लाह और ईश्वर के अन्य पवित्र नामों के मूल शब्द – का अर्थ है वह, वह एक, या वह जो सभी चीजों के माध्यम से स्वयं को विशिष्ट रूप से व्यक्त करता है।
अन्य समानार्थी शब्दों में शामिल हैं: स्रोत, उच्च शक्ति, निर्माता, प्रकाश, एक मन, समस्त अस्तित्व का आधार, उपस्थिति और वह सब कुछ जो है।

वृहत्तर वास्तविकता जीवन की समग्रता का वर्णन करती है, जिसका अधिकांश भाग मानवीय इंद्रियों के लिए अगोचर है। अलौकिक शक्तियों से संपन्न लोग – माध्यम, तांत्रिक, रहस्यवादी और अन्य संवेदनशील व्यक्ति – वे सर्वस्व को अधिक गहराई से समझ सकते हैं। इसके पर्यायवाची शब्द हैं: जो कुछ भी विद्यमान है, परम वास्तविकता और जीवन का व्यापक परिप्रेक्ष्य।
ग्रेटर रियलिटी लिविंग एक ऐसा शब्द है जो आपको यह सोचने के लिए प्रेरित करता है कि जीवन के व्यापक परिप्रेक्ष्य को देखते हुए आप कैसे जी सकते हैं और दूसरों के साथ कैसा व्यवहार कर सकते हैं। जब आप गहराई से यह जान लेते हैं कि शाश्वत व्यवस्था में शारीरिक मृत्यु एक अपेक्षाकृत छोटी घटना है, तो आप किन उच्चतर मार्गों पर चल सकते हैं?

चीजों के बारे में? जब आप वास्तव में यह आत्मसात कर लेते हैं कि आप एक कालातीत प्राणी हैं, तो आप अधिक बेहतर तरीके से कैसे जी सकते हैं?
मानव जन्म हमें याद दिलाता है कि आपके वर्तमान शरीर के बनने से पहले भी आपका अस्तित्व था। जन्म शब्द में 'मानव' शब्द जोड़ने से इस बात पर ज़ोर दिया जाता है कि आपके जन्म के दिन केवल आपका भौतिक शरीर (जो आपके अस्तित्व का 1 प्रतिशत से भी बहुत कम है) ही अस्तित्व में आया। बाकी सब कुछ पहले से ही मौजूद था।
सूचना उन आंकड़ों या तथ्यों का वर्णन करती है जिन्हें सीखा या संप्रेषित किया जाता है। डॉ. एर्विन लास्ज़लो (जो 'साइंस एंड द अकाशिक फील्ड' पुस्तक के लेखक हैं) और अन्य विद्वानों द्वारा प्रतिपादित प्रणाली सिद्धांत के अनुसार, वास्तविकता को क्वांटम शून्य में संग्रहित ऊर्जा और सूचना की समग्रता के रूप में सबसे अच्छी तरह समझा जा सकता है। डॉ. श्वार्ट्ज ने गतिशील सूचना-ऊर्जा प्रणालियों की अपनी अवधारणा में ऊर्जा और सूचना को संयोजित किया है।
कई कारक इस बात को प्रभावित करते हैं कि आपकी सूचना-ऊर्जा सांसारिक या किसी अन्य समय-स्थान के अनुभव से गुजर रही है या नहीं। इसके अलावा, इस दृष्टिकोण से, कुछ शर्तों के तहत ऊर्जा और सूचना तक विस्तारित पहुंच संभव है। विभिन्न संस्कृतियों और विषयों ने इस भंडार को आकाशिक अभिलेख, सत्य का हॉल या सामूहिक अचेतन के रूप में वर्णित किया है।

उच्च ऊर्जा सहायक/सहायता का अर्थ है विकसित चेतना वाले प्राणियों/स्रोतों से मिलने वाली मदद। धार्मिक या आध्यात्मिक दृष्टिकोण से, यह सहायता सहायकों से प्राप्त होती है: संत, देवदूत, मार्गदर्शक और गुरु। अधिक धर्मनिरपेक्ष या वैज्ञानिक दृष्टिकोण से, इसे उच्च ऊर्जा सहायता के रूप में देखा जा सकता है। दोनों ही मामलों में, इस बात के पुख्ता प्रमाण हैं कि उच्च, तीव्र और अधिक परिष्कृत ऊर्जाएँ सहायता और मार्गदर्शन प्रदान करती हैं – विशेषकर जब उन्हें ऐसा करने के लिए आमंत्रित किया जाता है।
मैं दुष्ट आत्मा के स्थान पर असंतुलित आत्मा शब्द का प्रयोग करता हूँ। जिस प्रकार पृथ्वी पर अपरिपक्व, असंतुलित और द्वेषपूर्ण मनुष्य होते हैं, वैसे ही अन्य लोकों में भी ऐसा ही प्रतीत होता है।
ऊर्जा की तुलना में पदार्थ का तात्पर्य ठोस पदार्थ से है। भौतिकी में, स्थिर अवस्था में पदार्थ को स्थान घेरने वाला और द्रव्यमान धारण करने वाला माना जाता है, जबकि ऊर्जा ऐसा नहीं है। हालांकि, इलेक्ट्रॉन माइक्रोस्कोप और अन्य उपकरणों से पता चलता है कि पदार्थ उतना ठोस और भौतिक नहीं है जितना वह प्रतीत होता है और इसमें अधिकतर खाली स्थान होता है। किसी पदार्थ का स्पष्ट ठोसपन इस बात पर निर्भर करता है कि उसे कौन देख रहा है।
क्वांटम या विद्युत-गतिशील भौतिकी का सिद्धांत यह मानता है कि पदार्थ और ऊर्जा प्रति नैनोसेकंड कई बार अलग-अलग गति से आगे-पीछे स्थानांतरित होते हैं।

कण और तरंग की विशेषताएं। फिलहाल, यह मान लें कि पदार्थ उतना ठोस नहीं हो सकता, और ऊर्जा उतनी अस्थिर नहीं हो सकती जितनी प्रतीत होती है।
मीडियम वे लोग होते हैं जिनकी संवेदनशीलता सामान्य मानवीय बोध क्षमता से कहीं अधिक होती है। इनमें श्रवण शक्ति (स्पष्ट श्रवण), दृष्टि शक्ति (स्पष्ट दृष्टि), अनुभूति शक्ति (स्पष्ट अनुभूति) या ज्ञान शक्ति (स्पष्ट ज्ञान) शामिल हो सकती हैं। मीडियम आमतौर पर उन प्रियजनों के संदेश पहुंचाते हैं जिनके शरीर का निधन हो चुका है, लेकिन कुछ अन्य लोग शिक्षण और अनुसंधान में विशेषज्ञता रखते हैं।
मन - चेतना को देखो

मृत्यु के निकट का अनुभव (एनडीई) उन अनुभूतियों का वर्णन करता है जो किसी व्यक्ति को चिकित्सकीय रूप से मृत अवस्था में होने पर हो सकती हैं। समय के साथ-साथ विभिन्न संस्कृतियों और बच्चों द्वारा एनडीई का वर्णन समान रूप से और स्वतंत्र रूप से किया गया है। प्रलेखित एनडीई उन घटनाओं के सटीक अवलोकन को संदर्भित करते हैं जिन्हें चिकित्सकीय रूप से मृत व्यक्ति तब तक नहीं जान सकता जब तक कि मस्तिष्क की कार्यप्रणाली से अलग चेतना का अस्तित्व न हो।
शरीर से बाहर का अनुभव (ओबीई) कई लोगों के लिए एक अनोखा अनुभव होता है। ओबीई के उदाहरणों में स्वयं को ऊपर से देखने का अनुभव करना या चिकित्सकीय रूप से मृत न होते हुए भी शरीर से बाहर होने का अनुभव करना शामिल है। प्रसवकालीन अनुभव (पीएनई) जन्म से ठीक पहले, जन्म के दौरान या जन्म के बाद के समय की स्वतःस्फूर्त या सम्मोहन के दौरान याद की जाने वाली जागरूकता है। पीएनई में आमतौर पर छोटे बच्चे शामिल होते हैं जो इन समय अवधियों की घटनाओं का सटीक वर्णन करते हैं, भले ही उन्हें इनके बारे में कभी कुछ बताया न गया हो। ये रिपोर्टें बताती हैं कि जागरूकता पहले से मौजूद होती है और मानव मस्तिष्क से स्वतंत्र रूप से कार्य करती है।
शारीरिक मृत्यु / शारीरिक रूप से मरना, अधिक सटीक रूप से यह व्यक्त करते हैं कि मृत्यु के समय केवल शरीर का आवरण ही नष्ट होता है। इस क्रिया के समानार्थी शब्द हैं: मृत्यु, संसार परिवर्तन, पार जाना, पृथ्वी-पाठ से स्नातक होना, सभी संभावनाओं के क्षेत्र में प्रवेश करना और शरीर त्यागना। आध्यात्मिक परिवर्तनकारी अनुभव (एसटीई) एक ऐसी घटना है जिसमें आपको यह गहरा ज्ञान प्राप्त होता है कि आप और हर कोई इस समय ईश्वर के महत्वपूर्ण और शाश्वत अंश हैं। एसटीई अक्सर अधिक मानवतावादी दृष्टिकोण और प्राथमिकताओं के पुनर्व्यवस्थापन को जन्म देते हैं।
मृत्यु के निकट का अनुभव, शरीर से बाहर का अनुभव, मृत्यु के बाद का संचार, या किसी प्रियजन - विशेषकर बच्चे - की शारीरिक मृत्यु से एसटीई (STE) उत्पन्न हो सकते हैं। एसटीई के अन्य कारणों में प्रसव शामिल है।

मृत्युशय्या पर प्राप्त दर्शन, हिंसा का सामना करना, ध्यान, मन को विस्तार देने वाली दवाएँ, पूर्वज्ञान संबंधी घटना, सहज ज्ञान संबंधी घटना,

प्रमाणिक माध्यम सत्र, गहरा प्रेम, समकालिकता और ऐसा संगीत जो आपको गहराई से छूता है।
क्रिया रूप ‘have a STE’ के समानार्थी शब्दों में शामिल हैं: सच्चाई को समझना, बड़ी वास्तविकता को जानना, बड़ी तस्वीर को समझना और प्रबुद्ध होना। अटकी हुई आत्मा, जिसे मैं भूत कहना पसंद करता हूँ, एक ऐसी आत्मा को संदर्भित करती है जिसका शरीर मर चुका है लेकिन वह अस्थायी रूप से अधर में लटकी हुई है, शरीर में प्रवेश करने के बजाय।
शरीर के मरने के बाद आगे न बढ़ पाने के संभावित कारणों में शामिल हैं: पृथ्वी पर मौजूद प्रियजनों को दिलासा देने की इच्छा; क्रोध या बदला लेने की तीव्र भावनाएँ; अचानक या हिंसक मृत्यु के बाद सदमा; शरीर की मृत्यु के बाद अस्तित्वहीनता के बारे में लंबे समय तक बने रहने वाले विश्वास; अत्यधिक शराब, नशीली दवाओं, यौन संबंध, भौतिकवाद, जुआ आदि की लत और यह भय कि ये चीजें अधिक सूक्ष्म लोकों में उपलब्ध नहीं हैं; या प्रकाश में प्रवेश करने की असीम संभावना के बारे में सीमित ज्ञान।

References

□□□□□□

1. □□□□□□□□ □□ □□□□□□ □□□□ □□□□□□□□□□□□□□□□ □□□□□□□□□ □□□□□□□: □□□□□□□ □□□□□□, 1966□

2. □□□□□, □□□□□□□ □□ □□□□□□□ □ □□□□□□ □□□□□□□□□□: □□□□□□□ □□□□ □□, 1988□ □□. 60□

□□□□□□□□ □□□□□□□ #1:

□□□□□□□ □□ □□□□ □□□□□□

1. □□□□□□□□□□□□, □□□□□□□ *□□□□□□□□□□□* □□□□ □□□□□□: □□□□□ □□□□ □□□□□□□□□□, 1993. □□. 16

2. □□□□, □□□□□□ 11□

3. □□□□□, □□□□□□□ □□□□□□□□□ "□□□□□□□ □□□□□□" □□□□□□□"*□□□□ □□□□□□— □□□□□□□□ □□ □□□□□□□□□□ □□□□□□□□* □□□□□□□, □□□□: □□□□□ □□□□□□ □□□□ □□□□□□□□□□□□ □□□□□□□, □□□□□□ 1994.

4. □□□□, □□□□□□□*□□□□□□, □□□□□, □□□□□□□*□□□□ □□□□□□:□□□□□□□□ □□□□□□, 1973. □□. 343-344.

5. □□□□□□□□□□ □□□□□□□□□□□□□□□ □□ □□□□□□□□□ □□□□□□□□□ □□□□ □□□□□□□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□ https://med.virginia.edu/ perceptual-studies/types-of-cases/

6. □□□□□□□□□□, □□□ □□ *□□□□□ □□□□□□ □□ □□□□□□*. □□□ □□□□□□:□□□□□□ □□□□□□, 1995. □□. 283.
7. □□□□, □□□□□□□*□□□□□*, *□□□□ □□ □□□□□□□□*□□□□□□□□□:□□□□□□□ □□□□□□□□□,1986. □□. 222-223.
8. □□□□□□□□□□□,*□□□□□□□□□□*,□□□ 23

9. □□□□□□□□□□□□□*□□□□□ - □□□□□ □□□ □□□□□*□□□□□□□□□□□□□□□,□□□: □□□□□□□□ □□□□□□, 1999. □□. 161
10. □□□□□□□□□□□,□□□□□ □□ □□□□□□□□□, □□□□□□□*□□□□□□□□□□□ □□□□□□*□□□ □□□□□ □□□□□□□□□□□ 2000.
11. □□□□□□□□ □□□ 1 □□, 2001 □□ □□□ □□□□□□□□□□ □□ □□□□□ □□□ □□□□□□□□ □□□□□□□□ □□□ □□□ □□□□□□□□□□□□ □□ □□□□□ □□ □□□□□ □□□□□ □□□□□□□
12. □□, □□□□□ □□□□□, □□ □□□□□, □□□□ *□□□□ □□ □□□□ □□□ □□□ □□□□?* □□□ □□□□□:□□□□□□□□ □□□, 1988. □□. 85.
13. □□□□ □□ □□□□□□□□,□□□ □□□□□□□□□ □□□-□□□□□□□□
14. □□□□□□, □□□□□□*□□□□□□□ □□ □□□□□□□*□□□□ □□□, □□□□: □□□□□□□□□, 1994. □□. 219.

□□□□□□□ □□□□□□ #2: □□□□□□ □□ □□□□ □□ □□□□□

1. □□□□, □□□□□□ □ □□□□ □□□□□□□□ □□□□□: □□□□□□□□□, 1988□ □□. 104-105□
2. □□□□, □□□. □□□□□□ □□ □□□. □□□□□□□□□□□□, □□□□: □□□□□□ □□□□□, 1998. □□. 56-58.
3. □□□□, □□□□□□□ □□□□□□□□ □□ □□□□□□ □□□□□□□□□: □□□□□□ □□□□□, 2000□ □□. 168-171□
4. □□□□□, □□□□□□□ □□ □□□□, □□□□ □□□□□□□ □□ □ □□□□□ □□□□□□□□□: □□□□□□□□□, 1990. □□. 20.
5. □□□□, □ □□□□ □□□□□□□, □□. 173.
6. □□□□□, □□□□□□□ □□ □□□□, □□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□□□□□□□□□ □□□□□□□□□: □□□□ □□□□□, 1992. □□□□□ 123.
7. □□□□□ □□ □□□□, □□□□□□□ □□ □ □□□□, □□. 121, 4, 40-42.
8. □□□□, □ □□□□ □□□□□□□, □□. 28-29.
9. □□□□, □□□□□□ □□□□□ □ □□□□, □□. 151.
10. □□□ □□□□□□□□□□ □□ □□□ □□□□□□□□□ □□□□□□; □□□□□ □□□□ □□□□□ □□□□ □□ □ □□□ □□□ □□ □□□□ □□□ □□□ □□□□□□□□□: □□□□□□ □□□□□, 1993, □□□□□ 147□

11. मूडी , द लास्ट लाफ , पृ . 4-5.

12. ग्रोफ़, स्टैनिस्लाव। मृतकों की पुस्तकें। लंदन: थेम्स एंड हडसन, 1994. पृ. 31.
13. रिंग और कूपर, माइंडसाइट। पालो अल्टो, सीए: डब्ल्यू.एम. जेम्स सेंटर फॉर कॉन्शियसनेस स्टडीज, 1999. पृ. xv.
14. वही, पृष्ठ 109-122.
15. यू.एस. न्यूज एंड वर्ल्ड रिपोर्ट; 31 मार्च, 1997।
16. मूडी, द लाइट बियॉन्ड, पृ.39-40.
17. रिंग, प्रकाश से सबक, पृ.163.
18. फ्रीमैन, सिडनी। मृत्यु के बाद जीवन। कॉमैक, न्यूयॉर्क: क्रोश्का बुक्स, 1998। पृ. 79-80।

साक्ष्य श्रेणी #3:
चमत्कारिक और रहस्योद्घाटनकारी अनुभव
1. बर्नहैम, सोफी। ए बुक ऑफ एंजल्स। न्यूयॉर्क: बैलांटाइन बुक्स, 1990। पृ. 26-27, 18-21।
2. स्पैल्डिंग, बेयर्ड टी. सुदूर पूर्व के गुरुओं का जीवन और शिक्षण। मरीना डेल रे, कैलिफोर्निया: डेवोर्स एंड कंपनी, 1924।
3. जॉन वेल्स से व्यक्तिगत संवाद, 2008; साथ ही सोल प्रूफ वृत्तचित्र, 2009 में फिल्माया गया।
4. सीगल, बर्नी। प्रेम, चिकित्सा और चमत्कार। न्यूयॉर्क: हार्पर एंड रो, 1986। पृ. 219-220।
5. डायर, वेन और डायर, मार्सेलीन। वादा वादा होता है।
कार्लसबैड, सीए: हे हाउस, 1996. पृ. 75, 79-81, 82.
6. मिलमैन, डैन और चाइल्डर्स, डौग। दैवीय हस्तक्षेप।
एम्मॉस, पीए: रोडेल बुक्स, 1999. पीपी. 193-196।

साक्ष्य श्रेणी #4: वैज्ञानिक इनपुट

1. [illegible] [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]: [illegible], 1966.
2. [illegible], [illegible] [illegible], [illegible]. 215, 40-42.

3. फॉक्स, मैथ्यू और शेल्ड्रेक, रूपर्ट। नेचुरल ग्रेस। न्यूयॉर्क: डबलडे, 1996। पृ. 75-77।
4. मिशलोव और पिटस्टिक, द बेस्ट ऑफ सोल-ल्यूशन्स, 2000।
5. कारगर, फ्रीडबर्ट। कोलंबस (ओहायो) डिस्पैच लेख से। 8 अक्टूबर 1995।
6. मार्टिन, जोएल और रोमानोव्स्की, पेट्रीसिया। हम नहीं मरते। न्यूयॉर्क: बर्कले बुक्स, 1988. पृ. 7, 110, 276-284.
7. पेनफील्ड, वाइल्डर। मन का रहस्य। प्रिंसटन, एन.जे.: प्रिंसटन यूनिवर्सिटी प्रेस, 1975। पृ. 85।
8. वेड, जेनी। मन में परिवर्तन। अल्बानी, न्यूयॉर्क: स्टेट यूनिवर्सिटी ऑफ न्यूयॉर्क प्रेस, 1996। पृष्ठ 2।
9. वेइस, मास्टर्स के संदेश, पृ. 237.
10. मोर्स, मेल्विन। द अदर साइड एंड बैक की प्रस्तावना से
सिल्विया ब्राउन द्वारा। न्यूयॉर्क: सिग्नेट, 2000. पृ. 11.
11. डॉ. बोरा स्टैमेनोविक के साथ व्यक्तिगत पत्राचार; सोल प्रूफ वृत्तचित्र में रिपोर्ट किया गया
12. हारमोन, विलिस। “अस्तित्व के प्रश्न का पुन: उद्भव।” नोएटिक साइंसेज रिव्यू, शीतकालीन 1994, पृ. 30-33।
13. स्टीवेन्सन, इयान। जहां पुनर्जन्म और जीव विज्ञान प्रतिच्छेद करते हैं। वेस्टपोर्ट, सीटी: प्रेगर पब्लिशिंग, 1997. पृ.197.
14. फोल्गर, टिम। भौतिकी का सबसे बड़ा रहस्य। डिस्कवर। सितंबर 2001: 36-43।
15. मोर्स, मेल्विन (प्रस्तावना से) द अदर साइड एंड बैक,
2000.
16. लेशान, लॉरेंस। द मीडियम, द मिस्टिक, एंड द फिजिसिस्ट। न्यूयॉर्क: वाइकिंग प्रेस, 1966। पृ. 258-259।
17. चोपड़ा, दीपक। 365 दिन प्यार और उपचार। (कथनों का कैलेंडर) वर्कमैन पब्लिशिंग, 1996।
18. मैकटेगार्ट, लिन. द फील्ड. न्यूयॉर्क: हार्पर, 2002. पृ. 33, 196.
19. रसेल, पीटर। विज्ञान और चेतना पर अंतर्राष्ट्रीय सम्मेलन में दिए गए मुख्य भाषण से। अल्बुकर्क, न्यू मैक्सिको। 1999। पृष्ठ 84

20. [illegible], [illegible] и [illegible] [illegible]: [illegible], 1985. [illegible]. 86.

[illegible] [illegible] #5: [illegible] [illegible]

1. [illegible], [illegible] [illegible], [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]: [illegible], 1991. [illegible]. 261-265.
2. [illegible], [illegible] [illegible] [illegible], [illegible] 179 - 181
3. [illegible], [illegible] [illegible], [illegible].186-188.
4. [illegible], [illegible] и [illegible] [illegible]: [illegible], 2002. [illegible]. vii, xviii, xxii.
5. [illegible], [illegible] [illegible], [illegible] [illegible] [illegible] [illegible]: [illegible], 1991. [illegible]. 261-265.
6. [illegible], [illegible] [illegible] [illegible]: [illegible], 1997. [illegible]. 53-54.
7. [illegible], [illegible] и [illegible] [illegible]: [illegible], 1995. [illegible]. 111.
8. [illegible], [illegible] [illegible] [illegible]: [illegible], 1998. [illegible]. 96-99.
9. [illegible], [illegible] [illegible], [illegible] [illegible] [illegible], [illegible]: [illegible], 1985. [illegible]. ix, 169-171.
10. [illegible], [illegible] и [illegible] [illegible]: [illegible], 1971. [illegible]. 12-13.

[illegible] [illegible] #6:

[illegible] [illegible] [illegible] [illegible]

1. [illegible], [illegible] [illegible], [illegible] [illegible] [illegible]: [illegible], 1989. [illegible].64, 52.
2. [illegible], [illegible] [illegible] [illegible] [illegible], [illegible]: [illegible], 2000. [illegible]. 245-248.

3. □□.□□. □□□□□ □□□ □□□□□□ □□□□□□□□, 25 □□□□□ 1991, □□□□□ 63□

4. डगलस-क्लोट्ज़ और पिटस्टिक, द बेस्ट ऑफ़ “सोल-ल्यूशन्स”, 2000.
5. बोर्ग, मार्कस। ओरेगन में "गॉड एट 2000 कॉन्फ्रेंस" पर एपी लेख।
6. फॉक्स, नेचुरल ग्रेस, पृ. 82, 85, 98.
7. डायर, वेन। युगों का ज्ञान। न्यूयॉर्क: हार्पर-कॉलिन्स, 1998। पृ. 32.
8. कैम्पबेल और टॉम्स, एन ओपन लाइफ, पृ. 55-56, 64-65, और 88.
9. मोसेस, जेफ्री। एकता: सभी धर्मों द्वारा साझा किए गए महान सिद्धांत। न्यूयॉर्क: फॉसेट कोलंबाइन, 1989. पृ. 24-25.
10. बर्नहैम, सोफी, एंजेल लेटर्स, पृ. 125.
11. सच्चिदानंद, स्वामी. स्वयं को जानो. बकिंघम, वीए: इंटीग्रल योगा पब्लिकेशन्स, 1988. पृ. 47.
12. डगलस-क्लोट्ज़, नील. प्रेयर्स ऑफ़ द कॉस्मॉस. न्यूयॉर्क: हार्परकॉलिन्स, 1994. पृ. 12-16.
13. जेम्स, विलियम, धार्मिक अनुभव की विविधताएँ, पृ. 320-322.
14. एरिको, रोक्को। लेट देयर बी लाइट: द सेवन कीज़। मरीना डेल रे, सीए: डेवोर्स एंड कंपनी, 1974. पृ. 141-142.
15. कैम्पबेल और टॉम्स, एन ओपन लाइफ, पृ. 57.
16. डगलस-क्लोट्ज़, नील, प्रेयर्स ऑफ़ द कॉस्मॉस, पृ. 14.
17. डगलस-क्लोट्ज़ और पिटस्टिक, "सोल-ल्यूशन्स" का सर्वश्रेष्ठ संग्रह
18. “एकेश्वरवादी-सार्वभौमिकता का परिचय” नामक पुस्तिका से
19. माइल्स, जैक. ईश्वर: एक जीवनी. न्यूयॉर्क: विंटेज बुक्स, 1975. पृ. 6, 9.
20. हारमोन, विलिस। ग्लोबल माइंड चेंज। इंडियानापोलिस, आईएन: नॉलेज सिस्टम्स, 1988. पृ.83.
21. डगलस-क्लोट्ज़, प्रेयर्स ऑफ़ द कॉस्मॉस, पृ. 1-2, 7
22. हार्नर, माइकल. द वे ऑफ द शैमन. हार्पर एंड रो: न्यूयॉर्क, 1980. पृ. xvii.
23. एपिक्टेटस, प्रवचन।

24. आर्मस्ट्रांग, करेन। ईश्वर का इतिहास। न्यूयॉर्क: बैलांटाइन, 1993। पृ.104, 319।
25. कैम्पबेल और टॉम्स, एक खुला जीवन, पृ. 45, 82-83, 60-61.
26. स्मिथ, हस्टन. विश्व के धर्म. न्यूयॉर्क: हार्परकॉलिन्स, 1991. पृ. 5.

साक्ष्य श्रेणी #7: प्रसवकालीन अनुभव
1. रिंग और कूपर, माइंडसाइट, पृ.182.
2. वेड, चेंजेस ऑफ माइंड, पृ. 52.
3. हैलेट, एलिजाबेथ। सोल ट्रेक: हैमिल्टन, एमटी: लाइट हार्ट्स पब्लिशिंग, 1995।
4. चेम्बरलेन, डेविड। बच्चे जन्म को याद रखते हैं। लॉस एंजिल्स: टार्चर, 1988. पृ. 103-104,106, 120.
5. बोंगार्ड, जेरी। द नियर बर्थ एक्सपीरियंस: न्यूयॉर्क: मार्लो एंड कंपनी, 2000
6. ग्रोफ़, स्टैन. बियॉन्ड द ब्रेन. अल्बानी, एनवाई: स्टेट यूनिवर्सिटी ऑफ़ न्यूयॉर्क प्रेस, 1985. पृ. 39.
7. चेम्बरलेन, डेविड। आपके नवजात शिशु का मन।
बर्कले: नॉर्थ अटलांटिक बुक्स, 1998. पृ. 157.
8. चेम्बरलेन, बेबीज़ रिमेंबर बर्थ, पृ.187-188.
9. चीक, डी. बी. (1992) क्या टेलीपैथी, क्लेयरवॉयेंस और
क्या गर्भ में "सुनना" संभव है? प्री- और पेरी-नेटल साइकोलॉजी जर्नल 7(2). पृ.130.
10. चेम्बरलेन, डी.बी. (1990). स्मृति की विस्तारित सीमाएँ। प्री- और पेरी- नेटल साइकोलॉजी जर्नल 4(3): 171-189.
11. हिंज़े, सारा। प्रकाश से आना: जीवन से पहले के जीवन के आध्यात्मिक वृत्तांत। न्यूयॉर्क: पॉकेट बुक्स, 1997।
12. वेड, चेंजेस ऑफ माइंड, पृ.1, 31-32, 249-250.

साक्ष्य श्रेणी #8:
चक्रीय जीवन अनुभवों के प्रमाण
1. शाचटर-शालोमी, सलमान। (विलियम इलियट के साथ साक्षात्कार।)
बादलों से चट्टानों को बांधना। न्यूयॉर्क: डबल-डे, 1996. पृ. 180.
2. राफेल, सिम्चा पॉल। यहूदियों के 'परलोक' के विचार।
नॉर्थवेल, एनजे: जेसन एरोनसन, 1994. पृ. 28, 314.
3. वूलगर, रोजर। अन्य जीवन, अन्य स्वयं। न्यूयॉर्क: बैंटम बुक्स, 1987। पृ. 275, 280।
4. वेदरहेड, लेस्ली। पुनर्जन्म का मामला। सरे, इंग्लैंड: एम.सी. पेटो, 1966।
5. फ्रीमैन, जेम्स। पुनर्जन्म का मामला। यूनिटी विलेज, एमओ: यूनिटी बुक्स, 1986। पृ. 7.
6. वेइस, ब्रायन। मेनी लाइव्स, मेनी मास्टर्स। न्यूयॉर्क: साइमन एंड शूस्टर, 1988। पृ. 35.
7. वूलगर, अन्य जीवन, अन्य स्वयं, पृ. xviii.
8. बाइंडर, बेट्टी और हॉगशायर, जेम्स। पचास अद्भुत कहानियाँ उन लोगों की जो पहले जी चुके हैं। बोका रैटन, फ्लोरिडा: ग्लोब, 1992।
पृष्ठ 8.
9. फ्रीमैन, पुनर्जन्म का मामला, पृ. 46.
10. चोपड़ा, दीपक। 'ईश्वर' को कैसे जानें। हारमनी बुक्स, न्यूयॉर्क। 2000. पृ. 234.
11. हेड, जोसेफ और क्रैनस्टन, सिल्विया। पुनर्जन्म:
फीनिक्स अग्नि रहस्य। पासाडेना, कैलिफोर्निया: थियोसोफिकल यूनिवर्सिटी प्रेस, 1994. पृ. 401-402.
12. लेन्ज़, फ्रेडरिक. लाइफटाइम्स. न्यूयॉर्क: बैलांटाइन बुक्स, 1979. पृ. 37.
13. होल्ज़र, हैंस। उपचार का रहस्य। हिल्सबोरो, ओरेगन: बियॉन्ड वर्ड्स, 1995। पृष्ठ 81।

14. □□□□□□□, □□□□□□□ □□□□□□□□ □□ □□□□□□□□ □□. 2.
15. □□□□, □□□□□□. □□□□□□□ □□ □□□□□□. □□□□□□□□□□: □□□□□□□□□□□□□□□, 2001. □□. 36-37.
16. □□□□□□□, □□□□□□□□ □□□□□□□□□□□□□□□□ □□ □□□□□□□ □□□□□□□□□□□□□□□, □□□□□□□□□□: □□□□□□□□ □□□□□□□ 2002□
17. □□□□□□□, □□□□□□ □□ □□□□□ □□□□□ □□ □ □□□□□ □□□□□ □□□□□□□□□□: □□□□□□□□□□ □□□□□□, 1978, □□. 239.
18. □□□, □□□□□□□□□ □□ □□□□□□, □□. 171-173.
19. □□□□□□□, □□□□□□□ □□□□□ □□ □□□□□ □□ □□□□□ □□□□□: □□□□□□□□ □□ □□□□ □□□□□□□□□ □□□□□□□□□□: □□□□□□□ □□□□ □□□□ 1978. □□. 111-146.
20. □□□□□□□, □□□□□ □□ □□□□□, □□. □□□□□ □□ □□□□ □□□□□. □□□□□□□ □□□□□, □□□□□□: □□□□□□, 1986. □□. 144-156.
21. □□□, □□□□□□□□□ □□ □□□□□□, □□. 82-85.
22. □□□□□□, □□□□□□ □□□□□□□ □□□□□ □□□□ ‘□□□□’□ □□□□□□□□□□: □□□□□□ □□□□ □□□□□□□, 1993□
23. □□□, □□□□□□□□□ □□ □□□□□□, □□. 46.
24. □□□□, □□□□□□□ □□ □□□□□ □□ □□□□□, □□. 147, 332-333.
25. □□□, □□□□□□□ □□ □□□□□□, □□. 111.
26. □□□□□□□□, □□□□□ □□□□□□□□□□: □□□□□□□□ (□ □□□□□□□□ □□□□□□□□ □□□□ □□□□) □□□□□□-□□□□□□□ 2001, □□. 44-50□
27. □□□□□, ‘□□□□□□□’ □□ □□□□□□, □□. 124.
28. □□□□□□□□□□□, □□□□□ □□□□□□□□□□ □□ □□□□□□□□□□□ □□□□□□□□□□□ □□□□□ □□□□, □□□□□□ 112-113.

□□□□□□□□ □□□□□□□ #9:
□□□□□□□□□□ □□□□□□ □□ □□□□□□□ □□□□□□
1. □□□□□□□□□□□□, □□□□□□□□□□ □□□□□□ □□□□□□ □□ □□□□□□ □□ □□□□□□ □□□□□
2. □□□□□ □□ □□□□□□□□□□, □ □□□□□□ □□ □□□□-□□□□□□□□□□, 2000□
3. □□□□□□□, □□□. □□□□ □□□□□ □□□□□. □□□□□□□: □□□□□□, 1985. □□. 143.
4. Mundaka Upanishad. I, 2.2.

5. Bhagavad-Gita. 2:55a.
6. □□□□□, □□□□□ □□ □□□□, □□. 46.
7. □□□□, □□ □□□□□□ □ □□□□, □□.237.
8. □□□□ □□ □□□□□□□□, □ □□□□□ □□ □□□-□□□□□□□□
9. □□□□□, □□□□□ □□ □□□□, □□. 82.
10. Vairacchedik. 32.
11. □□□□ □□ □□□□□□□□, □ □□□□□ □□ □□□-□□□□□□□□
12. □□□□□□□, □□□□□□ □□ □□□ □□□□□ □□. 227-228. 13. □□□□ □□. 227-228.
14. □□□-□□□□□ □□□□□: □□□ □□□□□□□□ □□□□□□□□□ □□□□□□□□ □□ □□□□□□□□□□
□□□□□□ 1995□
15. □□□□

मार्क पिटस्टिक, एम.ए., डी.सी., के पास अस्पतालों, पादरी परामर्श केंद्रों, मानसिक स्वास्थ्य केंद्रों और निजी प्रैक्टिस में पैंतालीस वर्षों का अनुभव और प्रशिक्षण है। उनके प्रशिक्षण में प्रीमेडिकल डिग्री, स्नातक धर्मशास्त्र और पादरी परामर्श अध्ययन, नैदानिक मनोविज्ञान में मास्टर डिग्री और कायरोप्रैक्टिक स्वास्थ्य देखभाल में डॉक्टरेट शामिल हैं। उन्होंने कई लोगों को आत्महत्या रोकथाम परामर्श और शिक्षा भी प्रदान की है।
मार्क को दस साल की उम्र में ही श्रवण शक्ति का अनुभव होने लगा था और तब से उन्हें अनेक चमत्कारों, आध्यात्मिक ज्ञान और आध्यात्मिक परिवर्तन के अनुभवों का आशीर्वाद प्राप्त हुआ है। अस्पतालों में कई पीड़ित और मरणासन्न वयस्कों और बच्चों के साथ काम करने के बाद, उन्हें उन सवालों के तर्कसंगत और प्रमाण-आधारित जवाब खोजने की प्रेरणा मिली जो बहुत से लोग पूछते हैं: “मैं कौन हूँ? मैं यहाँ क्यों हूँ? मरने के बाद क्या होगा? क्या शारीरिक मृत्यु के बाद मैं अपने प्रियजनों को फिर से देख पाऊँगा? क्या कोई सर्वोच्च शक्ति है? यदि हाँ, तो इतना दुख क्यों है?”
उनके प्रयासों से इन सवालों के जवाब मिलते हैं और जीवन के सबसे बड़े बदलावों और चुनौतियों से निपटने और उनमें सफलता पाने में आपकी मदद मिलती

है। इसके अलावा, उनका काम आपको अपनी वर्तमान परिस्थितियों के बावजूद, अपने सपनों के अनुसार सर्वश्रेष्ठ जीवन जीने का तरीका खोजने में मदद करता है। डॉ. पिटस्टिक रेडिएंट वेलनेस: ए होलिस्टिक गाइड फॉर योर अर्थली एक्सपीरियंस और द इलेवन क्वेश्चंस: एवरीथिंग यू एवर वांटेड टू नो अबाउट लाइफ, डेथ, एंड आफ्टरलाइफ नामक पुस्तकों के लेखक भी हैं। उन्होंने गैरी श्वार्ट्ज पीएच.डी. के साथ मिलकर ग्रेटर रियलिटी लिविंग: इंटीग्रेटिंग द एविडेंस फॉर इटरनल कॉन्शियसनेस इनटू योर डेली लाइफ नामक पुस्तक का सह-लेखन भी किया है।
मार्क ने अपनी पुस्तक पर आधारित डॉक्यूमेंट्री फिल्म 'सोल प्रूफ' का निर्माण किया। उन्होंने सम्मोहन, श्वास क्रिया और निर्देशित बिम्बों का उपयोग करते हुए आठ उपचार एवं परिवर्तनकारी सीडी भी बनाई हैं।

रेडियो अतिथि के रूप में, पिटस्टिक ने व्यावहारिक आध्यात्मिकता के बारे में एक राष्ट्रीय स्तर पर प्रसारित रेडियो शो, सोल-ल्यूशन्स की मेजबानी की, और शीर्ष चेतना विशेषज्ञों का साक्षात्कार लेने वाले आस्क द सोल डॉक्टर्स की भी मेजबानी की।
मार्क को ब्रायन वीस द्वारा पास्ट लाइफ रिग्रेशन थेरेपी में प्रमाणित किया गया है।
डॉ. रेमंड मूडी द्वारा लिखित एम.डी. और सुगम मृत्युोत्तर संचार तकनीक। वे हेल्पिंग पेरेंट्स हील (HelpingParentsHeal.org) के बोर्ड सदस्य हैं और उनके न्यूज़लेटर के लिए प्रश्नोत्तर लिखते हैं।
वे सोलफोन फाउंडेशन (SoulPhone.org) के निदेशक हैं, जो एरिजोना विश्वविद्यालय में डॉ. गैरी श्वार्ट्ज के आध्यात्मिक संचार प्रौद्योगिकी अनुसंधान एवं विकास का समर्थन करता है। पिटस्टिक ने चर्चों, प्रदर्शनियों, रिट्रीट और सम्मेलनों में चेतना विस्तार और समग्र स्वास्थ्य पर कई राष्ट्रीय कार्यशालाएँ आयोजित की हैं।
हाल ही में, उन्होंने ग्रेटर रियलिटी लिविंग कम्युनिटी ग्रुप्स (GreaterRealityLiving.com) की सह-स्थापना की है। इन स्थानीय और ऑनलाइन बैठकों के माध्यम से लोगों को उन प्रमाणों के बारे में जानकारी मिलेगी जो स्पष्ट रूप से दर्शाते हैं कि शारीरिक मृत्यु के बाद भी जीवन जारी रहता है। उपस्थित लोग इस बात पर चर्चा कर सकते हैं कि यह ज्ञान उनके जीवन जीने

□□ □□□□□ □□ □□□□□ □□□ □□□□□□ □□ □□□ □□□□□□□ □□□□ □□ □□□□□ □□ □□□□ □□□□□□□□ □□□□ □□□ □□□□□ □□□ □□ □□ □□□ □□ □□□ □□□□ □□□□□ □□ □□ □□□ □□ □□□□□□□□ □□□□□□□ □□□□□□ □□ □□□□ □□□□ □□ □□□□ □□ □□ □□□□□□ □□ □□ □□□□□ □□□□□ □□□ □□□□ □□□

□□. □□□□□□□□ □□ □□□□ □□□□□□ □□□ □□ □□□ □□□□□□□□ □□ □□□□ □□□ □□□□ □□□□□ □□ □□□, SoulProof.com □□ □□□□□

***** □□□□□ *****

sjeet